



«Keine Gesundheit ohne psychische Gesundheit»

Empfehlungen zur Verbesserung
des psychischen Wohlbefindens von Lernenden
am Kantonsspital St. Gallen

Sanja Breu



Departement: Gesundheit
Institut für Public Health
Studienjahr: 2020
Eingereicht am: 2. Mai 2023
Betreut durch: Nicole Fasel

**Bachelorarbeit
Gesundheits-
förderung und
Prävention**

Abstract

Darstellung des Themas: Aufgrund der Kumulation von körperlichen, psychischen und sozialen Veränderungen ist das Jugendalter eine «*stressexponierte Entwicklungsphase*». Eine berufliche Ausbildung kann belastend wirken und ein Risiko für die psychische Gesundheit darstellen. Diese Arbeit hat die psychische Gesundheit der Lernenden am Kantonsspital St. Gallen [KSSG] zum Untersuchungsgegenstand. Sie basiert auf dem systemischen Anforderungs- und Ressourcenmodell von Becker (2003).

Ziel: Es soll aufgezeigt werden, in welchen Bereichen der psychischen Gesundheit der Lernenden am KSSG der grösste Handlungsbedarf besteht und wo sinnvoll angesetzt werden kann, um das psychische Wohlbefinden nachhaltig zu verbessern.

Methode: Dabei wurde die Fragestellung «Welche Themen der psychischen Gesundheit sind für die Lernenden des Kantonsspital St. Gallen relevant?» durch eine Online-Befragung der Lernenden (N=22) und eine qualitative Gruppendiskussion mit den Berufsbildenden (N=7) des KSSG erforscht.

Ergebnisse: Die Untersuchung legt nahe, dass bei den Lernenden des KSSG «Soziale Unterstützung» und «Arbeitszufriedenheit» als Ressourcen sowie «Müdigkeit und Erschöpfung» als eine der Auswirkungen hoher Anforderungen und der Stressor «Berufsschule» besonders relevant sind.

Schlussfolgerung: Folgernd lässt sich sagen, dass das KSSG bereits viel Gutes für das psychische Wohlbefinden der Lernenden unternimmt. Mit der Stärkung der Berufsbildenden, der Förderung der sozialen Unterstützung und die Erhaltung der Arbeitszufriedenheit könnte ein weiterer grosser Schritt gemacht werden.

Keywords: *Psychische Gesundheit, mentales Wohlbefinden, Auszubildende, Lernende, mental Health, Apprentice, Lehre, Ressourcen, Anforderungen, Belastungen, Berufsbildende, Multiplikator:innen, wellbeing*

[REDACTED]

[REDACTED]

[REDACTED]

[REDACTED]

Inhaltsverzeichnis

1	Einleitung	1
1.1	Ausgangslage	1
1.2	Thematische Eingrenzung und Fragestellung	2
1.3	Relevanz für die Gesundheitsförderung und Prävention	3
1.4	Vorschau auf Inhalt und Struktur	4
2	Theoretischer Hintergrund	5
2.1	Psychische Gesundheit	5
2.2	Psychische Gesundheit in der Berufsausbildung	6
2.3	Bezug zum systemischen Anforderungs- und Ressourcenmodell.....	8
3	Methode der Datenerhebung	10
3.1	Quantitative Methode – Schriftliche Online-Befragung	10
3.1.1	Untersuchungsgruppe	10
3.1.2	Untersuchungsdesign	11
3.1.3	Methode der Datenerhebung	11
3.1.4	Methode der Datenauswertung	12
3.2	Qualitative Methode – Gruppendiskussion.....	13
3.2.1	Untersuchungsgruppe	13
3.2.2	Untersuchungsdesign	13
3.2.3	Methode der Datenerhebung	13
3.2.4	Methode der Datenauswertung	14
4	Ergebnisse	16
4.1	Quantitative Online-Befragung.....	16
4.1.1	Demografische Daten	16
4.1.2	Interne Ressourcen	17
4.1.3	Externe Ressourcen	18
4.1.4	Interne und externe Anforderungen	20
4.1.5	Vergleich von Angeboten und Wünschen	24
4.2	Qualitative Gruppendiskussion.....	25
4.2.1	Demografische Daten	25
4.2.2	Allgemeine psychische Gesundheit der Lernenden am KSSG.....	25
4.2.3	Geschlechterunterschied	25
4.2.4	Grundhaltung der Berufsbildenden	26
4.2.5	Berufsbildende sind keine Psychologen	27
4.2.6	Sensibilisierung der Berufsbildenden	28
4.2.7	Externe Ressourcen	29
4.2.8	Externe Anforderungen	31

4.2.9	Interne Anforderungen.....	32
4.3	Zusammenfassung der wichtigsten Ergebnisse	33
4.3.1	Schriftliche Online-Befragung.....	33
4.3.2	Qualitative Gruppendiskussion.....	34
5	<i>Diskussion</i>.....	35
5.1	Diskussion der eigenen Untersuchung	35
5.1.1	Allgemeine psychische Gesundheit	35
5.1.2	Stressor Berufsschule	36
5.1.3	Soziale Unterstützung	37
5.1.4	Arbeitszufriedenheit.....	41
5.2	Beantwortung der Fragestellungen	43
5.3	Limitationen.....	46
6	<i>Schlussfolgerung</i>	47
6.1	Fazit.....	47
6.2	Empfehlungen für die Praxis	48
6.3	Implikationen für das Praxisfeld Gesundheitsförderung und Prävention.....	49
6.4	Ausblick und weiterer Forschungsbedarf.....	50
7	<i>Literaturverzeichnis</i>	I
8	<i>Weitere Verzeichnisse</i>.....	III
8.1	Abbildungsverzeichnis	III
8.2	Tabellenverzeichnis.....	III
8.3	Abkürzungsverzeichnis	IV
9	<i>Eigenständigkeitserklärung und Wortzahl</i>	V
10	<i>Anhang</i>	VI
10.1	Anhang A: Ressourcen und Zeitplan	VI
10.2	Anhang B: Grafische Darstellung der Methoden	VIII
10.3	Anhang C: Unterlagen der quantitativen Forschungsmethode.....	IX
10.4	Anhang D: Unterlagen der qualitativen Forschungsmethode	XXIX
10.5	Anhang E: Begriffserklärung.....	LXIX

1 Einleitung

Dieses Kapitel zeigt in einem ersten Schritt die Ausgangslage und die daraus entwickelten Fragestellungen auf. Anschliessend wird die Relevanz dieser Arbeit für die Profession der Gesundheitsförderung und Prävention aufgezeigt, gefolgt von einer Vorschau auf den Inhalt der vorliegenden Bachelorarbeit.

1.1 Ausgangslage

Die Aussage «Keine Gesundheit ohne psychische Gesundheit» (World Health Organization, 2001, S. 10) ist heutzutage wichtiger denn je. 2001 wurde dieses Statement in einem Bericht der Weltgesundheitsorganisation [WHO] festgehalten (World Health Organization, 2001). Ausserdem definierte sie bereits 1948, dass «Gesundheit ein Zustand des vollständigen körperlichen, geistigen und sozialen Wohlbefindens ist und nicht nur das Fehlen von Krankheit und Gebrechen» bedeutet (World Health Organization, 1948, S. 1). Daher ist das psychische Wohlbefinden neben der körperlichen Gesundheit in jeder Lebenslage und jedem Lebensabschnitt ein wesentliches Thema, so auch für Jugendliche, die eine Berufsausbildung absolvieren.

Blickt man auf die aktuelle Lage von Gesundheitsförderungsprogrammen im Setting Betrieb, konnten diese mittlerweile etabliert werden. Jedoch sind die meisten Programme nicht spezifisch auf die Zielgruppe *Jugendliche* beziehungsweise *Lernende* ausgerichtet. Da das Jugendalter eine Lebensphase mit einigen Besonderheiten ist und gesundheitsbezogene Verhaltensweisen gefestigt werden, sind spezifische Programme elementar (World Health Organization, 1948). Die folgenden Zahlen und Fakten zur psychischen Gesundheit und Erkrankungen in diesem Alter unterstreichen das und legitimieren gesundheitsförderliche Interventionen in diesem Bereich (Amstad et al., 2015):

- 10–20 Prozent der Jugendlichen haben eine psychische Erkrankung.
- Der Median für die Diagnose von psychischen Erkrankungen liegt beim Alter von 14 Jahren.
- Im Vergleich zu anderen Altersgruppen sind 15- bis 24-jährige Erwerbstätige überdurchschnittlich häufig gestresst.

Wie zuvor erwähnt, sind spezifische Interventionen für die Lernenden eines Betriebs bedeutend. Mit «Generation KSSG» (siehe [Anhang E](#)) hat das KSSG ein zugeschnittenes Programm für Lernende geschaffen. Allerdings fehlt bisher ein gesundheitsförderlicher Input zur psychischen Gesundheit. Nicht nur die oben genannten Fakten zeigen den Handlungsbedarf auf, sondern dies geht auch aus Gesprächen mit Mitarbeitenden der HR-Bildung des KSSG hervor. Sie sprechen von vermehrt psychischen Problemen bei Lernenden und einer Anmeldesteigerung bei der externen Case Management [REDACTED], welche für die Lernenden des KSSG zuständig ist.

Das Ziel dieser Bachelorarbeit ist es aufzuzeigen, in welchen Bereichen der psychischen Gesundheit der Lernenden am KSSG am meisten Handlungsbedarf besteht und wo sinnvoll angesetzt werden kann, um die psychische Gesundheit nachhaltig zu verbessern. Die aus der Datenerhebung resultierenden Ergebnisse sollen mit Hinweisen aus der wissenschaftlichen Literatur ergänzt werden. Damit soll eine Evidenzbasis mit Empfehlungen für die Praxis im Bereich HR-Bildung am KSSG geschaffen werden.

1.2 Thematische Eingrenzung und Fragestellung

Die Arbeit richtet den Fokus auf die die Lernenden des KSSG. Aus Gründen der Kapazität sind die Lernenden «Fachperson Gesundheit» [FaGe] im Programm «Generation KSSG» noch nicht einbezogen worden. Daher werden sie hier ebenfalls nicht berücksichtigt.

Die Arbeit befasst sich mit folgenden Fragestellungen:

- Welche Themen der psychischen Gesundheit sind für Lernende des Kantonsspital St. Gallen [ausgenommen FaGe] relevant?

Bei der Datenerhebung standen folgende Sub-Fragestellungen im Fokus:

- Welche Anforderungen und Ressourcen haben die Lernenden am Kantonsspital St. Gallen gemäss ihrer eigenen Einschätzung?

- In welchem Bereich der psychischen Gesundheit sehen die Multiplikator:innen der Lernenden des Kantonsspital St. Gallen den grössten Handlungsbedarf?

In dieser Arbeit bezieht sich der Begriff *Multiplikator:innen* auf Personen, die als Berufsbildende und Bildungsgangverantwortliche tätig sind.

1.3 Relevanz für die Gesundheitsförderung und Prävention

Junge Menschen, insbesondere Lernende, sind eine bedeutende Zielgruppe für die Gesundheitsförderung und Prävention, da die Jugendjahre, die physische aber eben auch die psychische Gesundheit im Erwachsenenalter wesentlich beeinflussen. Das Ziel der Gesundheitsförderung und Prävention besteht darin, Schutzfaktoren zu fördern und gesundheitliche Risiken zu reduzieren. Um diesem Ziel gerecht zu werden, ist die Partizipation der Zielgruppe und der Multiplikator:innen ein zentrales Prinzip der Profession. Mit Partizipation ist der aktive Einbezug (Teilhabe) von Personen und Gruppen in die Planung, Durchführung und Evaluation von Interventionen [Projekten], die ihre Lebensbedingungen und -stile betreffen gemeint (Kolip et al., 2019).

Um dieser Anforderung gerecht zu werden, wurde in der vorliegenden Arbeit der Weg der schriftlichen Online-Befragung und der Gruppendiskussionen gewählt. Der Fokus liegt dabei auf Faktoren, die aus Sicht des KSSG beeinflusst werden können. Ein weiterer Grundpfeiler bei der Prävention ist es, gesundheitsförderliche Lebenswelten zu schaffen. Der Lehrbetrieb sollte als solche Lebenswelt verstanden und als Ort für die Umsetzung gezielter Massnahmen zur Förderung der Gesundheit der Lernenden genutzt werden. Durch eine gezielte Präventionsarbeit können Risiken minimiert, Ressourcen gestärkt und ein gesundheitsförderndes Umfeld geschaffen werden, welches den Lernenden auch im späteren Leben zugutekommt.

1.4 Vorschau auf Inhalt und Struktur

Um die Fragestellungen zu beantworten, werden die Lesenden in einem ersten Schritt an die Thematik herangeführt. Im theoretischen Hintergrund wird aufgrund aktueller Literatur hergeleitet, welche Herausforderungen eine Berufsausbildung heutzutage mit sich bringen und inwiefern verschiedene Anforderungen und Ressourcen auf die psychische Gesundheit wirken. In diesem Zusammenhang wird auch das systemische Anforderungs- und Ressourcenmodell von Becker (2003) genauer erläutert.

Im darauffolgenden Teil werden die angewendeten Forschungsmethoden sowie die Umsetzung und Auswertung erläutert.

Im Ergebnisteil werden die erlangten quantitativen und qualitativen Daten erläutert und teilweise anhand grafischer Darstellungen visualisiert. Der Diskussionsteil setzt sich kritisch mit den Ergebnissen auseinander, beantwortet die Fragestellungen und zeigt die Limitationen der vorliegenden Arbeit auf.

Durch die Schlussfolgerung wird die ganze Arbeit abgerundet und es wird ein Fazit aus den geforschten Daten gezogen. Dabei wird auf die Nutzbarmachung der Inhalte für das KSSG sowie auf die weiteren Forschungsmöglichkeiten eingegangen.

2 Theoretischer Hintergrund

2.1 Psychische Gesundheit

Die vorliegende Arbeit richtet den Blick auf die psychische Gesundheit von Lernenden. Dafür ist es zu Beginn notwendig, festzustellen, was Gesundheit überhaupt ist. Eine positive Interpretation bietet der Gesundheitsbegriff der WHO. Dieser ist umfassend und beinhaltet auch eine psychosoziale Komponente:

Gesundheit ist ein Zustand vollständigen körperlichen, geistigen und sozialen Wohlbefindens und nicht nur die Abwesenheit von Krankheit und Gebrechen. Gesundheit im größtmöglichen Ausmaß zu genießen, ist eines der Grundrechte eines jeden Menschen, gleich, welche Rasse, Religion, politische Überzeugung, wirtschaftlichen oder sozialen Positionen er angehört. (World Health Organization, 1948, S. 1)

Diese Definition fokussiert auf die positive psychische Gesundheit, indem sie das menschliche Wohlbefinden und andere positive Aspekte der Psyche ins Zentrum stellt. Die psychische Gesundheit ist Voraussetzung dafür, dass sich die Menschen wohlfühlen, dass sie sich entwickeln können und am gesellschaftlichen Leben teilnehmen können. Für eine gesunde Psyche bedarf es eines Gleichgewichts zwischen Anforderungen und Ressourcen (Blümel, 2020).

In der Schweiz ist im Laufe eines Jahres bis zu einem Drittel der Bevölkerung von einer psychischen Krankheit betroffen. Dies gehört damit zu einer der größten gesundheitsbezogenen Herausforderungen des 21. Jahrhunderts (Klasen et al., 2017). Psychische Erkrankungen beeinträchtigen nicht nur das Individuum in allen Lebensbereichen, sondern verursachen auch hohe volkswirtschaftliche Kosten (Bundesamt für Gesundheit (BAG), 2022).

Laut Gesundheitsförderung Schweiz ist die psychische Gesundheit folgendes:

«Das Resultat komplexer dynamischer Interaktionen zwischen biologischen, psychologischen und sozialen Faktoren. Psychische Gesundheit umfasst persönliches Wohlbefinden, Zufriedenheit, Selbstbewusstsein und Beziehungsfähigkeit, beinhaltet aber auch die Fähigkeit, den Alltag zu bewältigen,

einer Arbeit nachzugehen sowie einen gesellschaftlichen Beitrag zu leisten» (WHO, 2003, zitiert nach Gesundheitsförderung Schweiz, 2018, S. 2).

Verschiedene Autoren definieren psychische Gesundheit als Wohlbefinden mit verschiedenen Komponenten bzw. Dimensionen. Man unterscheidet beispielsweise emotionales, psychisches und soziales Wohlbefinden. (Schuler et al., 2020)

2.2 Psychische Gesundheit in der Berufsausbildung

Ein gelingender Berufseinstieg ist zentral für das zukünftige Erwerbsleben. Es ist deshalb bedeutsam, jungen Erwerbstätigen in Betrieben genügend Aufmerksamkeit zu schenken. Aufgrund der Kumulation von körperlichen, psychischen und sozialen Veränderungen ist das Jugendalter eine «stressexponierte Entwicklungsphase» (Amstad et al., 2015). Insgesamt ist deshalb festzuhalten, dass Auszubildende bezüglich des Stresses und der psychischen Gesundheit eine Risikogruppe darstellen (Weltgesundheitsorganisation, 2019).

Übergänge wie beispielsweise von der Schule ins Berufsleben können belastend wirken und ein Risiko für die psychische Gesundheit darstellen (Sabatella & Wyl, 2018). Oftmals stehen die Jugendlichen beim Start in die Ausbildung zum ersten Mal in der Welt der Erwachsenen. Sie sind verpflichtet den Lernprozess aktiv mitzugestalten, Verantwortung zu übernehmen und sich einzubringen. Ganz besonders herausfordern ist es für Jugendliche, wenn es darum geht, Schule und Praxis unter einen Hut zu bringen. Es sind ein sinnvolles Zeitmanagement und eine ausgewogene Balance zwischen Leistungsanforderungen und Freizeit zu finden (Bolliger-Salzman et al., 2015). Entscheidend dabei sind nicht so sehr die Anzahl solcher Belastungen, sondern die noch unausgereifte Fähigkeit zur Bewältigung (World Health Organization, 2001). Nicht alle jungen Erwerbstätigen verfügen über ausgewogene und stabile Ressourcen, um die vielfältigen Anforderungen zu meistern (Bolliger-Salzman et al., 2015).

Sie haben eher wenig Erfahrung mit Copingstrategien und kennen ihre Belastungsgrenzen noch nicht so gut. Die Bewältigungskompetenz nimmt erst mit dem Älter werden zu (World Health Organization, 2001). Der Berufseinstieg bietet daher eine gute Gelegenheit, junge Menschen zu sensibilisieren, da sie sich in einem

Veränderungsprozess befinden und neue Werte für ihr Berufsleben, ihre Lebensführung und Freizeitgestaltung leichter annehmen (Sabatella & Wyl, 2018).

In Bezug auf die psychische Gesundheit ist dieser Zeitraum auch deshalb eine sensible Phase, weil psychische Erkrankungen häufig erstmals auftreten. Gemäss epidemiologischen Studien beginnt bei bis zu 75 Prozent aller Personen, die im Verlaufe ihres Lebens von einer psychischen Krankheit betroffen sind, diese bereits vor dem 25. Lebensjahr (Stocker et al., 2021). Auch laut dem Job-Stress Index 2020 von Gesundheitsförderung Schweiz, zeigen die jungen Erwerbstätigen zwischen 16 und 24 Jahren in der Schweiz mit 42 Prozent im Vergleich zu den anderen Altersgruppen den höchsten Anteil Erwerbstätiger im kritischen Bereich des Job-Stress-Index (siehe Abb.1). Wenn man vom kritischen Bereich spricht, ist ein ungünstiges Verhältnis von Belastungen und Ressourcen am Arbeitsplatz gemeint [mehr Anforderungen und Stressoren als Ressourcen].

Zudem zeigen junge Erwerbstätige auch den höchsten Wert bei der Gesamtskala der Arbeitsintensivierung. Unter Arbeitsintensivierung wird eine Zunahme der bei der Arbeit geleisteten Anstrengung über die Zeit verstanden. Zentrale Stressoren sind qualitative Überforderung und sozialer Stress mit Arbeitskolleg:innen sowie Zeitdruck und die Planung der Zukunft. Zudem verfügen junge Erwerbstätige über weniger Ressourcen (Gesundheitsförderung Schweiz, 2020).



Aus psychologischer Sicht ist die Arbeitszufriedenheit ein wichtiger Indikator für die psychische Gesundheit (Nekula, 1973). In der Schweiz bestätigen rund drei Viertel der Lehrlinge, eine Lehrstelle in ihrem Wunschberuf gefunden zu haben (SKBF, 2018).

2.3 Bezug zum systemischen Anforderungs- und Ressourcenmodell

Das systemische Anforderungs-Ressourcen-Modell [SAR-Modell] besagt, dass der Gesundheitszustand einer Person davon abhängt, inwieweit es einer Person mit Hilfe, der ihr zur Verfügung stehenden Ressourcen gelingt, bestimmte Anforderungen zu bewältigen. Dabei wird das Individuum als auch die Umwelt als komplexe Systeme aufgefasst, die sich wechselseitig beeinflussen.

Gesundheitsförderung im Verständnis des SAR-Modells versucht deshalb, externe [z.B. soziale Unterstützung] und interne Ressourcen [Bsp. Selbstwirksamkeit] zu stärken, um so die psychische Gesundheit einer Person aufrechtzuerhalten. (Becker, 2006; Blümel, 2020)

Im untenstehenden Modell wird das Zusammenwirken der verschiedenen Faktoren bildlich dargestellt (siehe Abb.2).



Mit Anforderungen sind Bedingungen gemeint, mit denen sich eine Person auseinandersetzen muss. In der Umwelt existierende Anforderungen werden als extern bezeichnet [z.B. berufliche oder soziale Anforderungen], interne Anforderungen ergeben sich aus den Zielen, Werten, Normen und Bedürfnissen der betreffenden Person. (Becker, 2003)

Zur Bewältigung der obengenannten Anforderungen greift das Individuum auf Ressourcen zurück. Unter internen Ressourcen werden Eigenschaften wie Fähigkeiten, Kompetenzen, Selbstwirksamkeitsüberzeugungen, Persönlichkeitseigenschaften, Kohärenzsinn aber auch physische Voraussetzungen [z.B. körperliche Fitness] verstanden. Unter externen Ressourcen werden solche in der Umwelt verstanden, wie soziale, berufliche, materielle, gesellschaftliche und ökologische Ressourcen. (Becker, 2003)

Das SAR-Modell eignet sich deshalb für die vorliegende Arbeit, weil es sich ausgezeichnet auf die psychische Gesundheit und auf Aspekte des Lebens wie beispielsweise den Beruf übertragen lässt. Externe Einflüsse und Anforderungen, welche einen grossen Effekt auf psychischen Aspekt der Adoleszenz haben, sind ein wichtiger Bestandteil des Modells. Zudem lassen sich Ressourcen und Stressoren vorzüglich in einem Fragebogen erheben und analysieren. Das Modell hat einen hohen Anwendungsbezug in der Gesundheitsförderung und Prävention. Einerseits können interne/externe Anforderungen verringert, andererseits kann auch ein Aufbau von internen/externen Ressourcen erfolgen. (Faltermaier & Hübner, 2020)

Die untenstehende Darstellung (siehe Tabelle 1) zeigt das SAR-Modell angewendet auf die Arbeitswelt von Lernenden mit den vier Komponenten interne/externe Anforderungen und interne/externe Ressourcen, sowie einer möglichen Zuteilung.

Tabelle 1: SAR-Modell theoretische Zuordnung (eigene Darstellung in Anlehnung an Becker et al., 1994)

Interne Anforderungen Ziele Bedürfnisse Werte Perfektionismus Stress	Externe Anforderungen Belastende Arbeitsanforderungen [Zeitdruck] Emotionsarbeit Hohe Qualitätsansprüche Führungsperson und Kunden Entwicklungsaufgaben Stress
Psychische Gesundheit	
Interne Ressourcen Berufserfahrung Selbstwirksamkeit Resilienz Kohärenzgefühl Kommunikationsfähigkeit Coping Strategien	Externe Ressourcen Arbeitszufriedenheit Anerkennung/Wertschätzung Guter Lohn Führungsperson Soziale Unterstützung Externe Erholung [Sport, Hobbys]

3 Methode der Datenerhebung

Im nachfolgenden Kapitel wird näher auf die Erhebung der Daten, die eine wesentliche Grundlage dieser Arbeit darstellen, eingegangen. Insgesamt besteht die Erhebung aus zwei Teilen, welche in den Kapiteln 3.1 «Quantitative Methode – Schriftliche Online-Befragung» und 3.2 «qualitative Methode – Gruppendiskussion» erläutert werden.

3.1 Quantitative Methode – Schriftliche Online-Befragung

3.1.1 Untersuchungsgruppe

Die Stichprobe (N=22) setzte sich mit Lernenden aus unterschiedlichen EFZ-Ausbildungen zusammen. Die Rücklaufquote lag bei 34 Prozent.

Tabelle 2: Stichprobe der Online-Umfrage (N=22, eigene Darstellung)

	Anzahl	Geschlecht		Lehrjahr			
		Frauen	Männer	1.	2.	3.	4.
Total	n = 22	18	4	5	6	10	1
Kaufmann/ -frau EFZ	10						
Informatiker:in EFZ	3						
Hauswirtschaftspraktiker:in EFZ	3						
Fachmann/ -frau Betreuung EFZ	3						
Medizinische Praxisassistent:in EFZ	3						
Logistiker:in EFZ	-						
Medizinproduktetechnolog:in EFZ	-						
Elektroinstallateur:in EFZ	-						
Koch/ Köchin EFZ	-						
Gebäudereiniger:in EFZ	-						
Fachmann/-frau Betriebsunterhalt EFZ	-						

3.1.2 *Untersuchungsdesign*

Um die formulierten Fragestellungen beantworten zu können, wurde eine empirische quantitative Online-Befragung bei den Lernenden des KSSG durchgeführt. Der Online-Fragebogen wurde mit der Software Evasys erstellt und am 23. November 2022 mit Hilfe der Abteilung Qualitätsmanagement des KSSG an 67 Lernende per E-Mail versendet. Nach einer Woche erfolgte ein Reminder; ebenfalls per E-Mail. Ergänzend wurden die Lernenden an verschiedenen Kurstagen persönlich gebeten, den Fragebogen auszufüllen.

3.1.3 *Methode der Datenerhebung*

Fragebogenerstellung

Anfänglich wurden in einer selektiven Literaturrecherche Indikatoren zur Erhebung der psychischen Gesundheit identifiziert. Es wurde ein Augenmerk daraufgelegt, dass die gefundenen Indikatoren in anderen vergleichbaren Untersuchungen bereits verwendet wurden und einen Bezug zum SAR-Modell aufweisen. Zur Erinnerung werden untenstehenden nochmals die für den Fragebogen leitenden Fragestellungen erläutert:

- Welche Themen der psychischen Gesundheit sind für die Lernenden des Kantonsspital St. Gallen relevant?
- Welche Anforderungen und Ressourcen haben die Lernenden am Kantonsspital St. Gallen zurzeit gemäss ihrer eigenen Einschätzung?

Aus der Literaturreche und aus den Anliegen des Praxispartners [KSSG] ergaben sich weiter einzelne Themen Bereiche, die in der Umfrage auftauchen sollten. Die Items wurden aus bestehenden Fragebögen herausgenommen oder selbst formuliert. Die Online-Befragung wurde mit einem offenen Antwortformat abgeschlossen. Der fertige Fragebogen kann im [Anhang C](#) eingesehen werden.

Item Begründung

Bei der Auswahl der Items wurde darauf geachtet, dass sie einen Bezug zum SAR-Modell haben und die für die Fragestellung relevanten Themenbereiche abdecken. Eine detailliertere Begründung der einzelnen Bereiche ist im [Anhang C](#) ersichtlich.

3.1.4 Methode der Datenauswertung

Die effektive Stichprobe bestand aus 22 Teilnehmenden und damit einer Rücklaufquote von 34 Prozent. Die Ergebnisse der schriftliche Online-Befragung wurden statistisch ausgewertet und anschliessend grafisch dargestellt. Jeder Abschnitt des Fragebogens wurde einzeln auf Auffälligkeiten hinsichtlich der deskriptiven Statistik [Mittelwerte, Häufigkeiten, Standardabweichung, Varianz] durchsucht. Die offenen Fragen «*Gibt es noch etwas, was Sie stresst und oben nicht aufgelistet ist?*» und «*Welches Angebot in Bezug auf die psychische Gesundheit wünschen Sie sich am Kantonsspital St. Gallen?*» wurden zu einem Ergebnistext zusammengefasst.

Damit wurde vorwiegend die erste Forschungsfrage beantwortet. Die zweite Forschungsfrage bezieht sich auf die qualitative Methode der Gruppendiskussion, welche im kommenden Abschnitt erläutert wird.

Aufgrund der kleinen Stichprobe (N=22) wurde in der Auswertung darauf verzichtet nach Berufsfeld und Geschlecht zu unterscheiden, hingegen wurde teilweise nach Lehrjahren unterschieden.

3.2 Qualitative Methode – Gruppendiskussion

3.2.1 *Untersuchungsgruppe*

Die Stichprobe setzte sich aus sieben Bildungsgangverantwortlichen und Berufsbildenden zusammen. Die Befragten hatten zuvor noch keine oder nur eine geringe Erfahrung mit der Teilnahme an einer Gruppendiskussion.

Der Begriff Berufsbildende umfasst in den folgenden Abschnitten sowohl die Berufsbildenden selbst als auch die Bildungsgangverantwortlichen. Die Berufsbildenden werden auch als Multiplikator:innen der Lernenden verstanden.

Begründung der Auswahl: Ziel war es, die Ergebnisse der zuvor durchgeführten Online-Umfrage mit den Berufsbildenden zu diskutieren und Aspekte der psychischen Gesundheit weiter zu vertiefen.

3.2.2 *Untersuchungsdesign*

Um mehr über die psychische Gesundheit der Lernenden am KSSG zu erfahren, wurde zusätzlich ein qualitatives Studiendesign zur Datenerhebung gewählt. Als methodischer Ansatz wurde ein Gruppendiskussionsverfahren eingesetzt, bei dem eine moderierte Gruppendiskussion durchgeführt wurde. Aus zeitlichen Gründen fand nur eine Veranstaltung mit sieben Teilnehmenden statt.

3.2.3 *Methode der Datenerhebung*

Leitfadenerstellung

Als Erhebungsinstrument wurde ein Diskussionsleitfaden (siehe [Anhang D](#)) erstellt. Dieser wurde auf Basis der Ergebnisse der vorgelagerten Online-Befragung der Lernenden gestaltet. Dieser besteht aus drei Teilen, einer offenen Einstiegsfrage, drei Hauptfragestellungen und einer Abschlussfrage. Das Gespräch dauerte circa eine Stunde. Der Diskussionsleitfaden deckt folgende Themen ab:

- Allgemeine psychische Gesundheit der Lernenden am KSSG
- Eigene Erfahrungen
- Handlungsbedarf aus Sicht der Multiplikator:innen
- Ergebnisse der Online-Befragung [Müdigkeit & Erschöpfung]
- Hürden und Bedenken

Zu Beginn erfolgte eine kurze Begrüßung durch die Moderatorin und eine Erläuterung des Hintergrundes der Gruppendiskussion. Als nächstes wurden die Befragten über ihre Rechte aufmerksam gemacht und die Einverständnisse zur Aufzeichnung (siehe [Anhang D](#)) eingeholt. Anschließend wurde der Ablauf und weitere wichtige Punkte der Gruppendiskussion expliziert. Danach startete die Aufnahme. Im Hauptteil der Gruppendiskussion wurden Schritt für Schritt die Diskussionsfragen gestellt und die Teilnehmenden konnten sich untereinander in einem offenen Gespräch darüber austauschen.

3.2.4 Methode der Datenauswertung

Die Gruppendiskussion wurde am 16. Januar 2023 am KSSG durchgeführt und aufgezeichnet. Auf Grundlage der Audio- und Videoaufnahme fand eine wörtliche Transkription statt. Dabei wurde eine hohe Verständlichkeit bei maximaler Nähe zum wörtlichen Gesagten angestrebt, d. h., dialektische Ausdrücke, grammatikalische Fehler, Wortdopplungen, Fülllaute usw. wurden weitgehend korrigiert, Satzabbrüche und unvollständige Wörter wurden beibehalten. Das Transkript wurde anschließend mit Hilfe der Methode der strukturierenden qualitativen Inhaltsanalyse nach Mayring (2015) ausgewertet. Im darauffolgenden Abschnitt erfolgt eine Erläuterung dazu.

Prozess der offenen Kategorienbildung

Unter offener Kodierung versteht man den Prozess der Identifizierung und Entwicklung von Kategorien, die auf den beobachteten Mustern und Bedeutungen im Transkript basieren (Schreier, 2014). Das Ziel des Kodierens war es, die im Text enthaltenen Themen und Inhalte herauszufiltern und zu ordnen, um die darin enthaltene Bedeutung herauszulesen und Erkenntnisse daraus zu gewinnen. Zunächst wurde das Kategoriensystem anhand der Diskussionsleitfragen strukturiert. Anschließend wurde das Transkript mehrmals sorgfältig durchgelesen, um ein Verständnis für den Inhalt und die Themen des Textes zu entwickeln. Während des Lesens wurden Notizen gemacht und Begriffe markiert, die sich wiederholten oder besonders relevant erschienen. In einem induktiven Verfahren wurde aus den Daten Hauptkategorien gebildet, die die inhaltlichen Merkmale des Materials zusammenfassten und strukturierten.

Die Kategorien wurden durch eine Definition und ein Ankerbeispiel ergänzt. Im Laufe der Analyse wurden die Kategorien angepasst oder verfeinert, wenn neue Muster oder Bedeutungen erkannt wurden. Dieser Prozess geschah bis zur Erschöpfung der Datenlage. In der endgültigen Version umfasst das Kategoriensystem 25 Hauptkategorien. Das dabei entstandene Kategoriensystem findet sich im [Anhang D](#) dieser Arbeit.

Gütekriterien

Die durchgeführte strukturierende qualitative Inhaltsanalyse orientierte sich an Gütekriterien Reliabilität, Validität, Objektivität und Transparenz. (Schreier, 2014)

4 Ergebnisse

In diesem Kapitel werden die zentralen Ergebnisse der quantitativen Online-Befragung und der Gruppendiskussion präsentiert.

4.1 Quantitative Online-Befragung

Zuerst wird auf die allgemeinen demografischen Daten eingegangen, um ein klares Bild bezüglich der Stichprobe zu vermitteln. Danach werden in den Unterkapiteln die internen/externen Ressourcen und Anforderungen analysiert. Im Anschluss wird auf die Ergebnisse der allgemeinen psychischen Gesundheit eingegangen. Zum Abschluss erfolgt eine Vergleichsdarstellung zwischen den Angeboten am KSSG und den Wünschen der Lernenden im Bereich der psychischen Gesundheit. Es werden jeweils Auffälligkeiten hinsichtlich Mittelwerte [M] bzw. Standardabweichung [SD] oder Häufigkeiten beschrieben. Zur Veranschaulichung der Daten wird der beschreibende Text teilweise mit Diagrammen und Tabellen ergänzt. Die erhobenen Primärdaten, welche die Grundlage für alle folgenden Ergebnisse darstellen, sind im [Anhang C](#) zu finden.

4.1.1 Demografische Daten

Es wurden alle EFZ-Lernenden [ausser FaGe Lernende] des KSSG in die Befragung miteinbezogen. An der quantitativen Online-Befragung nahmen insgesamt 22 Lernende teil. Die Rücklaufquote beläuft sich somit auf 34 Prozent. Von den Teilnehmenden (N=22) sind 82 % (n=18) weiblich (w), und 18 % (n=4) männlich (m). 46 % (n=10) machen eine Lehre zum Kaufmann/-frau EFZ, 14 % (n=3) zum Informatiker:in EFZ, 14 % (n=3) zum Fachmann/-frau Betreuung EFZ, 14 % (n=3) zu Medizinische:r Praxisassistent:in EFZ und weitere 14 % (n=3) zum Hauswirtschaftspraktiker:in EFZ (siehe [Tabelle 2](#)).

23 % (n=5) der Befragten befinden sich zum Befragungszeitpunkt im 1. Lehrjahr, 27 % (n=6) im 2. Lehrjahr, 46 % (n=10) im 3. Lehrjahr und 5 % (n=1) im 4. Lehrjahr. 96 % (n=21) der Teilnehmenden wohnen zu diesem Zeitpunkt noch im Elternhaus und 5 % (n=1) in einer Wohngemeinschaft.

Aufgrund der kleinen Stichprobe sind die folgenden Ergebnisse nur begrenzt aussagekräftig. Die Daten werden mehrheitlich univariat und nicht hinsichtlich der demografischen Daten analysiert.

Wird folgend von Teilnehmenden gesprochen, so ist die Gesamtheit der ausgefüllten Umfragerückläufe von «N=» gemeint. Der Kleinbuchstabe «n=» steht hingegen für die Teilmengen der Befragten.

4.1.2 Interne Ressourcen

Präventives Verhalten: Die beliebtesten zwei Arten mit Stress umzugehen sind, sich trotz Druck bewusst Zeit zu nehmen für andere Aktivitäten wie Ausgang oder Hobbys (N=22, M=3.3, MD=3.5, SD=0.9) und als Ausgleich gezielt Sport oder andere Aktivitäten zu machen (N=22, M=3.0, MD=3.0, SD=1.0) (siehe Abb.3 und 4).

Abbildung 3: Ergebnisse der Online-Befragung zur Aussage «Ich nehme mir trotz Druck bewusst Zeit für andere Aktivitäten wie Ausgang oder Hobbys».

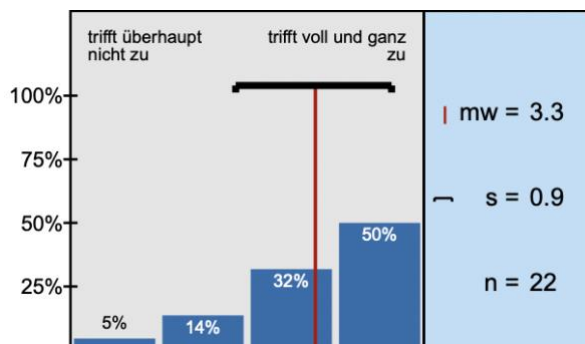
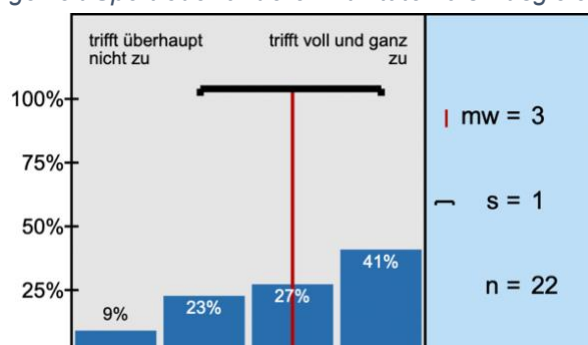


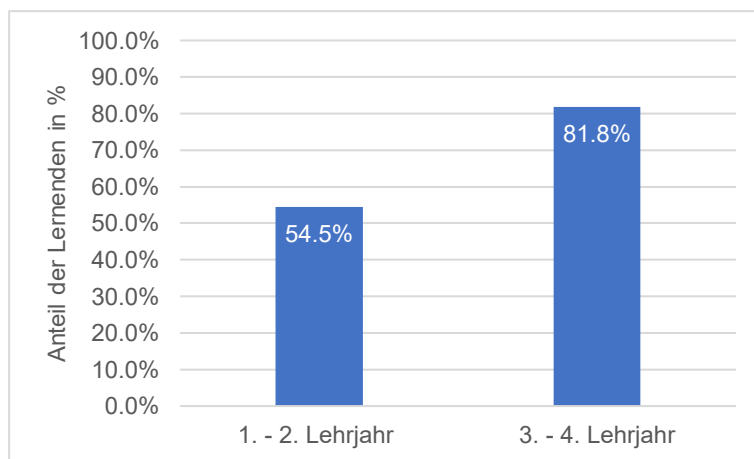
Abbildung 4: Ergebnisse der Online-Befragung zur Aussage «Ich mache gezielt Sport oder andere Aktivitäten als Ausgleich».



Arbeitszufriedenheit: Mit dem eigentlichen Inhalt der Arbeitstätigkeit sind 95 % der Befragten *eher zufrieden, zufrieden* oder *sehr zufrieden*. Die restlichen 5 % geben an, *eher unzufrieden* zu sein. Die Arbeit trägt dementsprechend bei 95 % zu ihrer Zufriedenheit bei (N=22, M=4.8, MD=5.0, SD=0.8).

Die Betrachtung nach Lehrjahren zeigt, dass bei den Befragten im 3. und 4. Lehrjahr rund 82 % *sehr zufrieden* und *zufrieden* mit dem eigentlichen Inhalt der Arbeitstätigkeit sind (siehe Abb.5).

Abbildung 5: (*Sehr*) zufrieden mit dem Arbeitsinhalt, nach Lehrjahren



Anmerkung: 1. – 2. Lehrjahr: n=11, 3. – 4. Lehrjahr: n=11

4.1.3 Externe Ressourcen

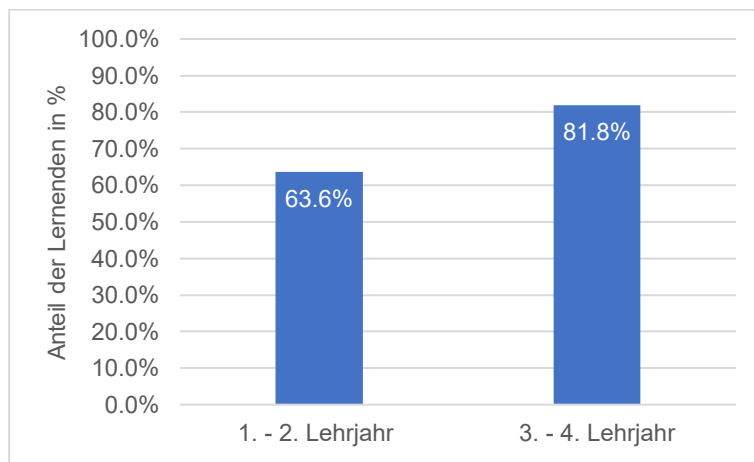
Äussere Lebensbedingungen: Der Aussage *Ich wünsche mir, dass am Kantonsspital St. Gallen mehr für mein Wohlbefinden gemacht wird*, wird durch die Lernenden unter allen sieben Aussagen am seltensten zugestimmt. 9 % (n=2) stimmen *voll und ganz zu*, 27 % (n=6) *stimmen eher zu*, 36 % (n=8) und 27 % (n=6) stimmen *überhaupt nicht zu* (N=22, MD=2.0, M=2.2, SD=1).

Soziale Unterstützung: Die Lernenden fühlen sich von ihren berufsbildenden Personen ernst genommen. 73 % (n=16) sagen, *dies trifft voll und ganz zu* (N=22, M=3.6, MD=4.0, SD=0.9). Alle Lernenden dürfen am Kantonsspital St. Gallen jederzeit um Hilfe Fragen. 59 % (n=13) sagen *trifft voll und ganz zu*, 41 % (n=9) sagen *trifft eher zu*.

82 % (n=18) der Lernenden geben an, mit den sozialen Beziehungen zu Ihren Arbeitskolleg:innen *zufrieden oder sehr zufrieden* zu sein (N=22, M=5.2, MD=5.0, SD=0.9). 73 % (n=16) sind auch mit der sozialen Beziehung zu ihrem Vorgesetzten *zufrieden oder sehr zufrieden* (N=22, M=4.8, MD=5.0, SD=1.2).

Betrachtet man die Zufriedenheit mit der sozialen Beziehung zu den Vorgesetzten nach Lehrjahren ist ein Unterschied ersichtlich (siehe Abb.6).

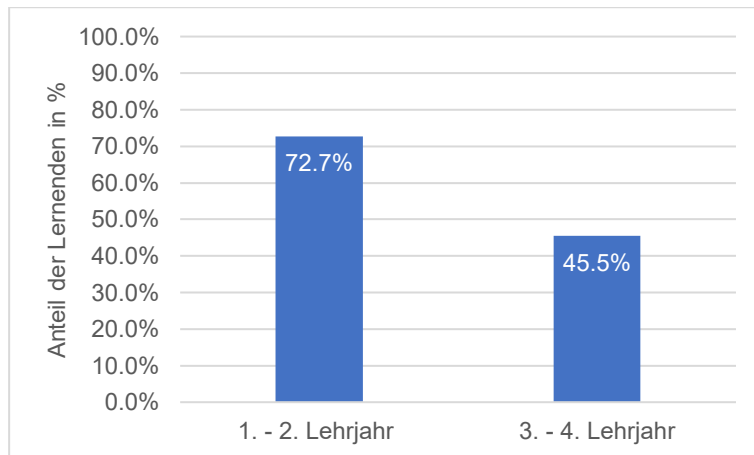
Abbildung 6: (Sehr) zufrieden mit der sozialen Beziehung zu meinen Vorgesetzten, nach Lehrjahren



Anmerkung: 1. – 2. Lehrjahr: n=11, 3. – 4. Lehrjahr: n=11

Arbeitszufriedenheit: Mit den Möglichkeiten, das Gelernte bei der Arbeit anwenden zu können, sind die Lernenden mehrheitlich *zufrieden* (64 %), *sehr zufrieden* (14 %) oder *eher zufrieden* (18 %) (N=22, M=4.9, MD=5.0, SD=0.7). Lediglich 5 % sind *eher unzufrieden* (N=21, M=4.9, MD=5.0, SD=0.7).

43 % (n=9) sind *zufrieden* mit der erhaltenen Anerkennung für ihre berufliche Leistung und für die Ergebnisse ihrer Arbeit (n=21, M= 4.6, SD=1.1). Betrachtet man die Zufriedenheit der erhaltenen Anerkennung nach Lehrjahren sinkt diese im Verlauf der Lehre (siehe Abb.7).

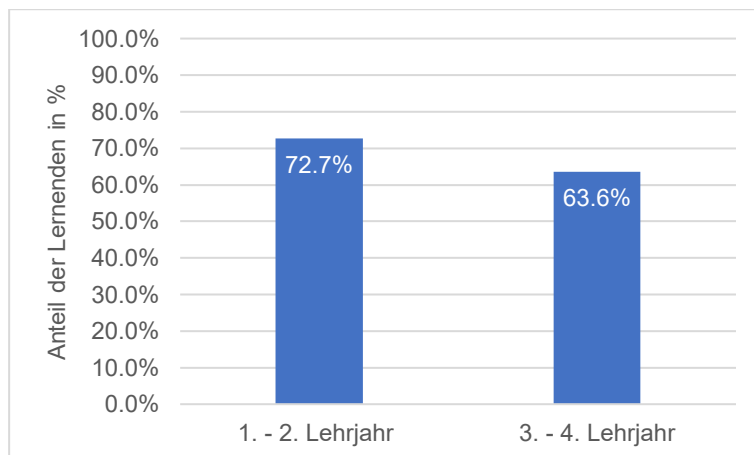
Abbildung 7: (Sehr) zufrieden mit der Anerkennung für die berufliche Leistung, nach Lehrjahren

Anmerkung: 1. – 2. Lehrjahr: n=11, 3. – 4. Lehrjahr: n=11

Über die Hälfte (64 %) der Teilnehmenden ist *zufrieden oder sehr zufrieden* mit den Möglichkeiten, ihre Arbeit selbstständig zu planen, zu organisieren und zu kontrollieren (N=22, M=4.7, MD=5.0, SD=0.8).

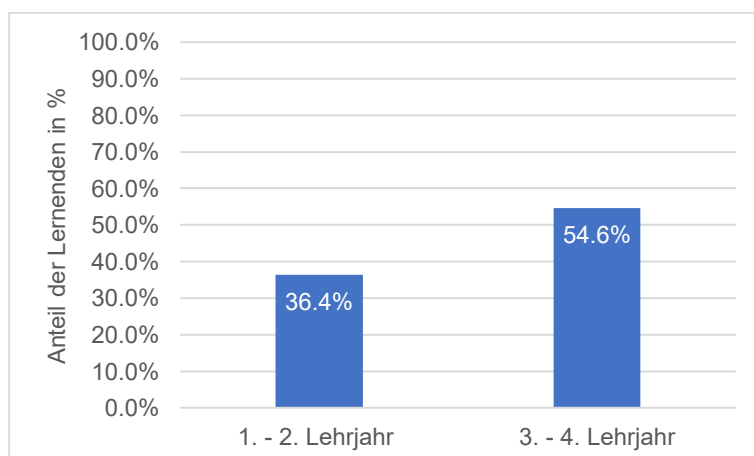
4.1.4 Interne und externe Anforderungen

Allgemeine psychischer Gesundheitszustand: Rund zwei Drittel der Befragten fühlen sich *ziemlich oft* (36 %) oder *meistens* (32 %) voller Schwung und 77 % waren *ziemlich oft* (41 %) und *meistens* (36 %) voller Energie. Hingegen geben 15 Lernende an, sich *meistens* oder *immer* (68 %) müde zu fühlen. Während im 1. – 2. Lehrjahr 73 % der Lernenden *meistens* oder *immer müde* sind, sind es im 3. – 4. Lehrjahr noch 64 % (siehe Abb.8).

Abbildung 8: Meistens oder immer müde in den vergangenen 4 Wochen, nach Lehrjahren

Anmerkung: 1. – 2. Lehrjahr: n=11, 3. – 4. Lehrjahr: n=11

Zudem fühlen sich mit 69 % mehr als die Hälfte der Teilnehmenden *immer* (14 %), *meistens* (32 %) oder *ziemlich oft* (23 %) erschöpft. Das Ausmass der Erschöpfung unterscheidet sich auch nach Lehrjahr der Befragten, jedoch entgegengesetzt der Müdigkeit. Im 3. – 4. Lehrjahr geben mehr Lernende an, sich *meisten* oder *immer* erschöpft zu fühlen, als im 1. – 2. Lehrjahr (siehe Abb.9).

Abbildung 9: (Meistens) immer erschöpft in den letzten 4 Wochen, nach Lehrjahren

Anmerkung: 1. – 2. Lehrjahr: n=11, 3. – 4. Lehrjahr: n=11

Sieben Lernende (32 %) geben an, dass sie sich in den letzten vier Wochen *meistens* oder *immer* so niedergeschlagen gefühlt haben, dass sie nichts mehr aufheitern konnte. Demgegenüber geben neuen Personen (41 %) an, sich *meistens* oder *immer* glücklich gefühlt zu haben (siehe Abb. 10 und 11)

Abbildung 10: Ergebnisse der Online-Befragung zur Frage «Wie oft waren Sie in den vergangenen 4 Wochen so niedergeschlagen, dass Sie nichts mehr aufheitern konnte?»

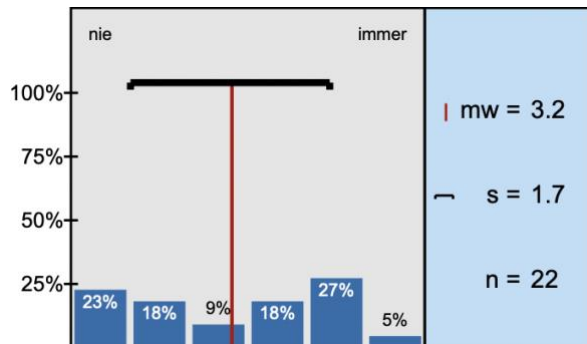
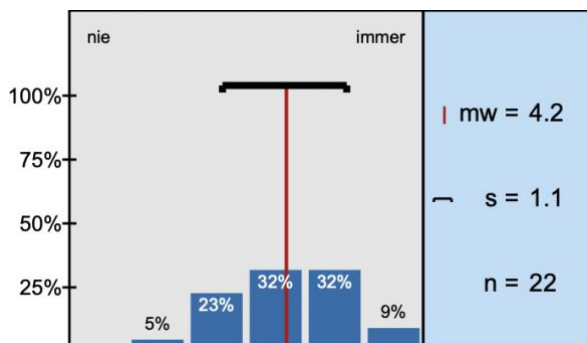


Abbildung 11: Ergebnisse der Online-Befragung zur Frage «Wie oft waren Sie in den vergangenen 4 Wochen glücklich?»



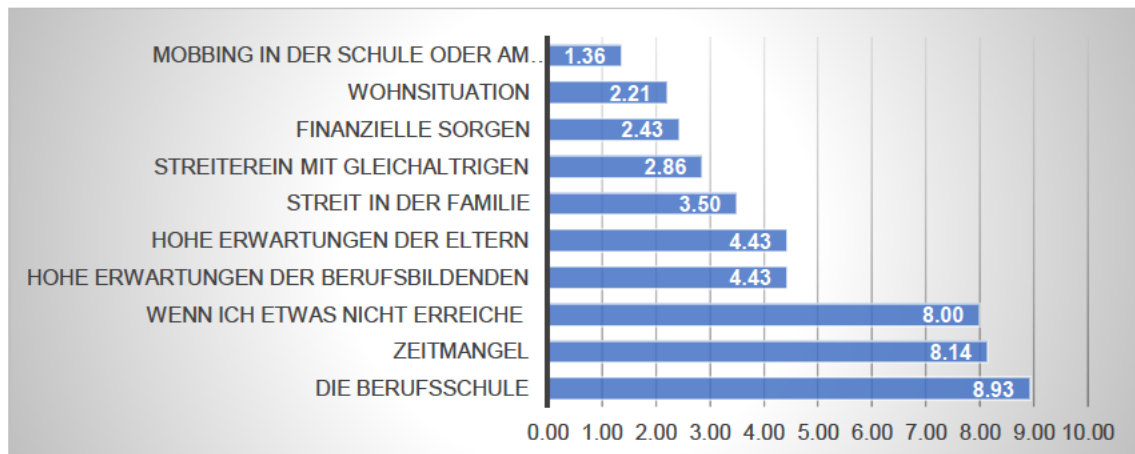
Arbeitszufriedenheit (externe Anforderungen): 20 Lernende (90 %) geben an, *zufrieden* bzw. *sehr zufrieden* mit der zeitlichen Regelung ihrer Arbeit zu sein (N=22, M=5.3, MD=5.0, SD=0.8). Bei 59 % der Teilnehmenden werden die Pausen *immer* eingehalten (N=22, M=5.3, MD=6.0 SD.11).

Stressoren/ Belastungen: Wie aus der Abb.12 ersichtlich ist, sind die Lernenden am meisten durch die Berufsschule, den Zeitmangel oder wenn sie etwas nicht erreichen, gestresst.

Bei der offenen Frage «*Gibt es noch etwas, was Sie stresst und oben nicht aufgelistet ist?*», geben die Lernenden weitere Faktoren an: Zum einen wird die Arbeit im Allgemeinen und der damit verbundene Druck genannt. Zum anderen wird Streit am Arbeitsplatz als Stressor erwähnt.

Wie die folgende Antwort eines Teilnehmenden zeigt, gibt auch im privaten Bereich Stressfaktoren: «*Es sind keine Streitigkeiten in der Familie, sondern die Älteste zu sein in der Familie und die ganze Verantwortung zu übernehmen gegenüber den Geschwistern wie teils auch Eltern.*»

Abbildung 12: Was stresst die Lernenden am meisten (N=14), Skala: 1: stresst am wenigsten, 10 stress am meisten



4.1.5 Vergleich von Angeboten und Wünschen

Angebote im Bereich der psychischen Gesundheit und Wohlbefinden: Laut den Angaben der Lernenden wird die regelmäßige Kommunikation mit der berufsbildenden Person am häufigsten als Angebot genannt. Rund 68 Prozent der Lernenden geben an, regelmässige Gespräche mit der berufsbildenden Person zu haben. Zudem geben 46 % der Lernenden die Teamsitzung als Angebot im Bereich der psychischen Gesundheit und Wohlbefinden an. Bewusste Gespräche/Inputs zum Thema psychische Gesundheit werden hingegen deutlich weniger durchgeführt (14 %).

Wünsche zur Unterstützung der psychischen Gesundheit: Bei der offenen Frage *«Was wünschen Sie sich vom Kantonsspital St. Gallen zur Unterstützung Ihres psychischen Wohlbefindens?»* wurde mehrfach erwähnt, dass mehr Kontakt mit den Mitlernenden gewünscht wird. Es wird gesagt, dass man sich über die einzelnen Lehrjahre hinweg kaum kennt. Ebenfalls werden Aktivitäten wie ein gemeinsames Mittagessen oder Ausflüge genannt, die unterstützend sein könnten. Ausserdem wird mehr Zeit für externe Therapien oder für Kontakte zu Fachperson gewünscht. Zusätzlich wird die Schulung der Lernenden bezüglich der psychischen Gesundheit aber auch die Sensibilisierung der Berufsbildenden im Bereich der psychischen Gesundheit genannt.

4.2 Qualitative Gruppendiskussion

Die zentralen Ergebnisse der qualitativen Gruppendiskussion werden zur Übersichtlichkeit in Unterkapitel entsprechend den verschiedenen angesprochenen Themen unterteilt und mit beispielhaften Originalzitate untermauert. Das vollständige Transkript und das Kategoriensystem sind im [Anhang D](#) zu finden. Der Fokus liegt auf den Ergebnissen zur zweiten Forschungsfrage: *«In welchem Bereich der psychischen Gesundheit sehen die Multiplikator:innen der Lernenden des Kantonsspitals St. Gallen den grössten Handlungsbedarf?»*.

4.2.1 Demografische Daten

Die Stichprobe setzt sich aus sieben Bildungsgangverantwortlichen und berufsbildenden Personen aus dem KSSG zusammen.

4.2.2 Allgemeine psychische Gesundheit der Lernenden am KSSG

Die Berufsbildenden äussern mehrfach, dass sie die psychische Gesundheit der aktuell von ihnen betreuten Lernenden als positiv und gut einschätzen. In der Vergangenheit hätten aber alle auch schon negative Erfahrungen gemacht. Laut einer Teilnehmenden rücke die Thematik der psychischen Gesundheit immer mehr ins Zentrum.

██
██
██

4.2.3 Geschlechterunterschied

Aus den Daten geht hervor, dass es Unterschiede zwischen Männern und Frauen gibt. Ein Teilnehmender berichtet, dass Frauen manchmal länger durchhalten würden und Männer hingegen oft am Morgen noch müde seien. Zum Vorschein kommt auch, dass Männer weniger offen sind, um z.B. über Probleme zu sprechen.

██
██

[REDACTED]

4.2.4 Grundhaltung der Berufsbildenden

Die Teilnehmenden erwähnen, dass gewisse Schwierigkeiten im Leben dazugehören und Berufsbildende der Vermittlung der beruflichen Kompetenzen Vorrang einräumen sollten. Weiter ist umstritten, inwieweit Berufsbildende psychische Probleme ansprechen sollten. Letztlich fällt die Suche nach Lösungen für psychische Probleme möglicherweise nicht in ihren Aufgabenbereich.

[REDACTED]

[REDACTED]

[REDACTED]

Erziehung

Die Befragten teilen mit, dass sie nicht für die Erziehung der Lernenden da seien, sondern für die Vermittlung der beruflichen Kompetenzen. Ein gewisser Grundanstand der Lernenden wird vorausgesetzt. Eine Teilnehmende äussert, dass sie der Meinung ist, dass sich die Erziehung zuhause verändert habe und deshalb sie als Berufsbildende in gewissen Situationen doch dafür mitverantwortlich seien.

[REDACTED]

[REDACTED]

[REDACTED]

Überthematisierung

Die Teilnehmenden äussern, dass das Thema psychische Gesundheit oft am KSSG thematisiert werde. Ihrer Meinung nach öfter als an anderen Orten und teilweise zu viel. Darüber hinaus wird berichtet, dass aufgrund der zahlreichen vorhandenen Massnahmen die fachliche Ausbildung, wofür sie zuständig seien, zu kurz komme.

[REDACTED]

[REDACTED]

4.2.5 Berufsbildende sind keine Psychologen

Zum Vorschein kommt auch, dass die Beteiligten oft nicht wirklich wissen, wie sie Situationen richtig einschätzen sollen und wie sie dann handeln können. Mehrfach wird geäussert, dass sie als Berufsbildende keine Psychologen und Psychologinnen seien. Weiter wird erwähnt, dass die Jugendlichen teilweise nicht reden und dies die Situation zusätzlich erschweren würde. Einerseits wissen die Berufsbildenden nicht, auf welche Art sie fragen sollen und andererseits wissen die Lernenden gemäss den Berufsbildenden auch nicht immer, wie sie etwas ansprechen können.

[REDACTED]

[REDACTED]

[REDACTED]

[REDACTED]

[REDACTED]

4.2.6 *Sensibilisierung der Berufsbildenden*

Aus den Daten geht hervor, dass es in einem gewissen Mass Pflicht der berufsbildenden Person ist, ihre Lernenden zu unterstützen. Es kommt zum Vorschein, dass es ihnen ein Anliegen ist zu lernen, wie sie auf Probleme reagieren können und welche Möglichkeiten zur Verfügung stehen. Laut mehreren Befragten kann es schwierig sein, die Gründe für das Verhalten eines Lernenden zu erkennen. Gemäss einer Teilnehmenden sei es wichtig, sensibel zu sein und Dinge anzusprechen. Die Teilnehmenden erwähnen, dass es entscheidend sei, das Problem richtig zu identifizieren, um es erfolgreich anzugehen.

[REDACTED]

4.2.7 Externe Ressourcen

Soziale Umgebung

Einstimmig äussern die Berufsbildenden, dass das soziale Umfeld einen positiven Einfluss auf das Verhalten, Wohlbefinden und auf die Leistung der Jugendlichen habe.

[REDACTED]

Arbeitszufriedenheit

Aus den Daten geht hervor, dass es für den Erhalt der Motivation wichtig sei, die Arbeit abwechslungsreich zu gestalten. Letztlich spielen Arbeitszufriedenheit und Freude an der Arbeit für die Befragten eine zentrale Rolle für die Motivation und die psychische Gesundheit der Lernenden.

[REDACTED]

Weiter wird erwähnt, dass die Motivation für die Lernenden von entscheidender Bedeutung ist, und es daher wichtig sei, ihnen durch ihre Arbeit zu zeigen, dass sie in der Lage sind, gute Arbeit zu leisten. Konsequente Ermutigung und positive Verstärkung können ihnen helfen, ihr Potenzial zu erkennen und ihre Ziele zu erreichen.

[REDACTED]

Es zeigt sich, dass es für Lernende bedeutend ist, dass sie das Gefühl haben, dazuzugehören und in ihrem Arbeitsumfeld geschätzt zu werden.

Dies kann ihr Selbstwertgefühl stärken und zu ihrer allgemeinen psychischen Gesundheit beitragen.

Die Berufsausbilder äussern, dass es ihre Aufgabe sei, die Lernenden zu ermutigen und zu begeistern, ihnen den Beruf beizubringen und ihnen Freude an ihrer Arbeit zu vermitteln. Indem sie ihnen zeigen, dass sie geschätzte Mitglieder des Teams sind, können sie ihnen helfen, während der strengen Ausbildungszeit erfolgreich zu sein.

[REDACTED]

[REDACTED]

Positiv wird hervorgehoben, dass die Übertragung von Verantwortung an Lernende dazu beitragen kann, dass sie ihr Potenzial voll ausschöpfen.

[REDACTED]

Unterstützung der Berufsbildenden

Die Befragten schätzen die schnellen und kompetenten Antworten, die sie von der HR-Bildung erhalten würden. Eine weitere berufsbildende Person ist der Meinung, dass die Unterstützung durch die HR-Bildung für die Auszubildenden enorm sei und dass sie einen großartigen Job machen.

Einstimmt wird das KSSG als ein guter Ausbildungsbetrieb beurteilt, bei dem die Unterstützung sowohl für die Auszubildenden als auch für die Berufsausbilder leicht zugänglich sei.

[REDACTED]

[REDACTED]

4.2.8 Externe Anforderungen

Familiäre Belastung

Aus den Daten geht hervor, dass immer wieder Probleme von zuhause oder der Familie einen Einfluss auf das psychische Wohlbefinden der Lernenden haben. Ein Teilnehmender äussert, dass die Eltern die Hilfe vom Lehrbetrieb nicht annehmen wollten.

[REDACTED]

[REDACTED]

[REDACTED]

Stress

Die Daten zeigen, dass Stress als ein normaler Bestandteil der Arbeit betrachtet wird und die Auszubildenden lernen müssen, wie sie ihn effektiv bewältigen können. Als Berufsausbildende sei es ihre Aufgabe, die Lernenden auf den Arbeitsmarkt vorzubereiten.

[REDACTED]

[REDACTED]

4.2.9 *Interne Anforderungen*

Kulturelle Unterschiede

Die Teilnehmenden berichten von verschiedenen Erlebnissen bei der die Kultur und die damit verbundenen Werte einen Einfluss auf die Situation gehabt habe.

[REDACTED]

Pubertät

Einstimmig äussern die Berufsbildenden, dass die Lehrzeit keine leichte Zeit sei - auch aufgrund der gewaltigen Entwicklung, welche die Lernenden durchmachen. Körperliche und psychische Veränderungen werden angesprochen.

Müdigkeit und Erschöpfung

Ein Teilnehmender berichtet von Schlafprobleme bei einem Lernenden. Laut diesem Teilnehmenden sei es wichtig zwischen Müdigkeit und Erschöpfung zu unterscheiden, wobei ersteres nicht auf psychische Überlastung hinweise. Gemäss den Aussagen ist ein gewisses Maß an Müdigkeit während der Ausbildung zu erwarten.

[REDACTED]

[REDACTED]

4.3 Zusammenfassung der wichtigsten Ergebnisse

Um eine Zusammenfassung der wichtigsten Ergebnisse zu geben, werden diese in einem kurzen Überblick erneut aufgeführt.

4.3.1 Schriftliche Online-Befragung

Arbeitszufriedenheit: 95 % der Befragten sind mit dem eigentlichen Inhalt ihrer Arbeitstätigkeit *zufrieden* oder *sehr zufrieden*. Bei den Befragten im 3.-4. Lehrjahr sind rund 82 % *sehr zufrieden* oder *zufrieden*. Die Mehrheit der Lernenden (64 %) ist *zufrieden* mit den Möglichkeiten, das Gelernte bei der Arbeit anwenden zu können. 43 % der Befragten sind *zufrieden* mit der erhaltenen Anerkennung für ihre berufliche Leistung und die Ergebnisse ihrer Arbeit. Die Zufriedenheit mit der erhaltenen Anerkennung sinkt im Verlauf der Lehre.

Soziale Unterstützung: Die Lernenden fühlen sich von ihren berufsbildenden Personen ernst genommen, wobei 73 % angeben, dass dies *voll* und *ganz zutrifft*. Die Mehrheit der Lernenden (82 %) ist mit den sozialen Beziehungen zu ihren Arbeitskolleg:innen *zufrieden* oder *sehr zufrieden*. Die Mehrheit der Lernenden (73 %) ist auch mit der sozialen Beziehung zu ihrem Vorgesetzten *zufrieden* oder *sehr zufrieden*. Die Zufriedenheit mit der sozialen Beziehung zu den Vorgesetzten ist in den letzten beiden Jahren höher als zu Beginn der Ausbildung.

Allgemeine psychische Gesundheit: Festzuhalten ist, dass rund 73 % der Lernenden im 1. – 2. Lehrjahr *meistens* oder *immer müde* sind. Im 3. – 4. Lehrjahr sind es noch 64 %. Das Ausmaß der Erschöpfung unterscheidet sich auch nach Lehrjahr der Befragten, jedoch entgegengesetzt der Müdigkeit. Im 3. – 4. Lehrjahr geben mehr Lernende (55 %) an sich *meisten* oder *immer* erschöpft zu fühlen. Im 1. – 2. Lehrjahr sind es 36 %.

Stressoren: Gemäß den Lernenden sind die Faktoren Zeitmangel, die Berufsschule und wenn ich etwas nicht erreiche, die größten Stressoren während der Ausbildung.

4.3.2 Qualitative Gruppendiskussion

Zusammenfassung: Berufsbildende bewerten die psychische Gesundheit der Lernenden positiv, jedoch werden in Bezug auf gewisse Verhaltensweisen geschlechtsspezifische Unterschiede beobachtet. Es besteht eine Grundhaltung, dass Schwierigkeiten zum Leben dazu gehören und psychische Probleme nicht zwingend Aufgabe der Berufsbildenden seien. Das Thema psychische Gesundheit werde oft am KSSG thematisiert, was die Vermittlung beruflicher Kompetenzen beeinträchtigen könne.

Berufsbildende fühlen sich oft überfordert, da sie keine «Psychologen» seien und die Lernenden gemäss ihnen nicht offen reden würden. Es kommt zum Vorschein, dass es ihnen ein Anliegen ist dazuzulernen, um den Lernenden besser helfen zu können. Gemäss den Berufsbildende habe das soziale Umfeld einen positiven Einfluss auf das Verhalten, Wohlbefinden und die Leistung der Lernenden.

Eine abwechslungsreiche Arbeit, Arbeitszufriedenheit und Freude an der Arbeit seien wichtig für die Motivation und psychische Gesundheit der Lernenden. Es wird betont, dass das Übertragen von Verantwortung an Lernende dazu beitragen kann, dass sie ihr Potenzial voll ausschöpfen können. Berufsbildende erhalten Unterstützung von der HR-Bildung und schätzen die schnellen und kompetenten Antworten.

Familiäre Belastungen haben gemäss den Berufsbildende auch einen Einfluss auf das psychische Wohlbefinden der Lernenden. Stress sei normal, aber es sei wichtig, ihn effektiv zu bewältigen. Kulturelle Unterschiede und die Pubertät können ebenfalls zu Schwierigkeiten führen. Die Berufsausbilder geben an, dass die Lehrzeit eine schwierige Zeit sei, da die Lernenden eine gewaltige Entwicklung durchmachen würden. Eine gewisse Müdigkeit während der Ausbildung sei zu erwarten, während Erschöpfung auf eine psychische Überlastung hindeuten könne.

5 Diskussion

Die bereits präsentierten Ergebnisse werden in der nachfolgenden Diskussion zusammengefasst, kritisch hinterfragt und in Bezug zum aktuellen Forschungsstand gesetzt. Ziel ist es, die Fragestellung: «*Welche Themen der psychischen Gesundheit sind, für die Lernenden des Kantonsspitals St. Gallen besonders relevant?*» zu beantworten, um anschliessend im Schlussteil daraus Empfehlungen für das KSSG abzuleiten.

5.1 Diskussion der eigenen Untersuchung

Dieser Abschnitt ist anhand der folgenden vier Themenbereiche aufgebaut, da diese aufgrund der Befragungen die grösste Relevanz haben:

- Allgemeine psychische Gesundheit
- Stressor Berufsschule
- Soziale Unterstützung
- Arbeitszufriedenheit

Die Themenbereiche beinhalten jeweils auch konkrete Empfehlungen für die Praxis beziehungsweise für das KSSG.

5.1.1 *Allgemeine psychische Gesundheit*

Die Ergebnisse der Gruppendiskussion ergeben, dass die psychische Gesundheit der Lernenden als positiv und gut eingeschätzt wird. Diese Aussage wird unterstützt durch die Ergebnisse der Online-Befragung. Einzig die Indikatoren *Müdigkeit und Erschöpfung* fallen negativ auf. 68 % der Lernenden geben hier an, sich *meistens* oder *immer* müde zu fühlen. Dies passt zur Erkenntnis, dass junge Erwerbstätige im Vergleich zu anderen Altersgruppen körperlich in einem sehr guten Gesundheitszustand sind, jedoch über weniger Energie und über mehr Erschöpfung und Stress berichten (Stocker et al., 2021). Es wird von den Berufsbildenden darauf hingewiesen, dass eine höhere Müdigkeit zu Beginn der Ausbildungszeit durch die Anpassung der Lernenden an die Arbeitswelt erklärt werden könne und somit ein normaler Vorgang sei.

Wie bereits erläutert sind Müdigkeit und Erschöpfung auch in der Literatur eine bekannte Auswirkung der hohen Anforderungen. Leider sind keine Publikationen mit konkreten Interventionen oder Anregungen für diese Problematik zu finden. Somit könnte ein sinnvoller Ansatz sein, die Ursachen für die hohen Anforderungen zu ermitteln, um sie gezielt zu reduzieren. Sollte dies nicht möglich sein, kann es grundlegend sein, die Verfügbarkeit von Ressourcen zu fördern, um den Umgang mit den hohen Anforderungen zu erleichtern. Beispielweise können Coping-Strategien erlernt werden.

Ein Geschlechterunterschied kann bei der quantitativen Befragung aufgrund der zu knappen Stichprobe nicht festgemacht werden. Gemäß Stocker et al. (2021) kann von einem Unterschied ausgegangen werden, wobei sich junge Frauen öfter psychisch beeinträchtigt fühlen als junge Männer. Zudem klagen sie dreimal häufiger über körperliche Beschwerden wie Schwächegefühle oder Kopfschmerzen. Arbeitsbezogene Belastungen können hierbei eine Rolle spielen (Stocker et al., 2021). Die Untersuchungen zu dieser Arbeit ergeben jedoch bei den Lernenden des KSSG ein eher gegenteiliges Resultat. Einige der qualitativ erhobenen Daten zeigen einen Geschlechterunterschied, wobei aber die Frauen erstaunlicherweise resilienter beschrieben werden als die Männer.

5.1.2 *Stressor Berufsschule*

Aus den Daten geht hervor, dass die Berufsschule für viele Lernende ein wesentlicher Stressor ist. Stocker et al. (2021) empfiehlt einen regelmäßigen, systematischen Informationsaustausch zwischen Berufsschule und Lehrbetrieb. Dabei sei es jedoch wichtig, die jungen Erwerbstätigen partizipieren zu lassen, um *die Betroffenen zu Beteiligten* zu machen. Der Austausch soll über die schulischen und beruflichen Leistungen hinausgehen und nicht nur dann stattfinden, wenn etwas nicht so gut läuft. Dieser Austausch ermögliche einerseits die Identifizierung und Stärkung von Potenzialen und bestehenden Fähigkeiten, während andererseits Probleme frühzeitig erkannt und gemeinsam Lösungen erarbeitet werden können. (Stocker et al., 2021)

Empfehlenswert ist infolgedessen eine verstärkte Zusammenarbeit zwischen Betrieb, Berufsschule und öffentlichen Angeboten der Jugendarbeit. Der Stellenwert der Jugendarbeit wird im nächsten Abschnitt noch verdeutlicht.

5.1.3 Soziale Unterstützung

Laut Sabatella & Wyl (2018) ist die soziale Unterstützung eine zentrale situationsbezogene Ressource aus dem SAR-Modell (siehe [Kapital 2.3](#)), die helfen kann, die Auswirkungen von Stress zu reduzieren. Sie umfasst die Interaktionen, Handlungen und Erfahrungen, die der betroffenen Person das Gefühl geben, geliebt, anerkannt und umsorgt zu sein (Sabatella & Wyl, 2018).

Die Lernenden des KSSG fühlen sich von ihren berufsbildenden Personen ernst genommen und haben die Möglichkeit, jederzeit um Hilfe zu bitten. Die meisten sind auch mit den sozialen Beziehungen zu ihren Arbeitskolleg:innen und Vorgesetzten zufrieden. Die wertvolle soziale Unterstützung, welche die Berufsbildenden des KSSG leisten, trägt dementsprechend sicherlich dazu bei, dass die Lernenden erfolgreicher und stressfreier durch die Lehrzeit kommen.

Die Frage ist jetzt, wie die soziale Unterstützung der Lernenden weiter ausgebaut werden kann. Dafür gibt es diverse Ansatzpunkte: Einerseits sind kompetente und unterstützende Bezugspersonen wie Berufsbildende unentbehrlich um Belastungen abzufedern (Häfeli & Schellenberg, 2009). Andererseits sind nicht nur Berufsbildende und Vorgesetzte eine wichtige Vertrauensperson für die Lernenden, sondern auch Gleichaltrige [Peers] können eine bedeutende Rolle spielen (Stocker et al., 2021).

In einem Grossbetrieb wie dem KSSG kann dem Bedürfnis nach Austausch beispielweise durch lehrjahrübergreifende Seminare nachgekommen werden. Damit könnte man auch dem Wunsch nach mehr Kontakten zu Mitlernenden Rechnung tragen. Mentoring-Beziehungen können gemäss Stocker et al. (2021) ausserdem als bedeutsame soziale Ressource dienen, um Lernprozesse zu unterstützen, sowohl zwischen Gleichaltrigen [z.B. zwischen Auszubildenden kurz vor dem Abschluss und Erstsemestern] als auch in zwischen verschiedenen Generationen.

Eine dauerhafte, gute Beziehung zu mindestens einer primären Bezugsperson ist laut Stocker et al. (2021) ein wichtiger Schutzfaktor bezüglich der psychischen Gesundheit. Da einige Lernende am KSSG familiäre Probleme äussern, kann dieser Aspekt nicht immer vom privaten Umfeld abgedeckt werden. Umso wichtiger kann die berufsbildende Person für die Lernenden sein. Die in der Gruppendiskussion der Berufsbildenden geäußerte Haltung, dass sie nicht zuständig seien für solche Angelegenheiten, ist deshalb kritisch zu betrachten.

Dem Anliegen der Lernenden am KSSG nach mehr Kontakt mit dem Mitlernenden sollte nicht zuletzt deshalb nachgekommen werden, da sich die Beziehungen zu Peers auch gemäss dem SAR-Modell (siehe [Kapitel 2.3](#)) als bedeutende Ressource gegen Stress und als Indikator für eine positive Entwicklung auszeichnet (Becker, 2006). Durch den Austausch über alltägliche Probleme und die gegenseitige emotionale Unterstützung können die Lernenden Bewältigungsmuster voneinander lernen. Dies hilft den Jugendlichen bei den Herausforderungen und Entwicklungsthemen, die in dieser Lebensphase auftreten können. Insgesamt trägt dies dazu bei, das eigene Wohlbefinden zu fördern (Sabatella & Wyl, 2018),

Untersuchungen im Ausland haben aufgezeigt, dass das Gelingen des Übergangs von der obligatorischen Schule ins Berufsleben wesentlich von ausserschulischen beziehungsweise ausserbetrieblichen Ressourcen abhängt (Häfeli & Schellenberg, 2009). Deshalb sollte der Fokus auch auf die Lern- und Sozialisationsprozesse in verschiedenen Kontexten (beispielweise in der Freizeit) gelegt werden. Es konnte etwa gezeigt werden, dass Jugendliche, welche ihre Freizeit in strukturierten Gruppen, wie zum Beispiel in einem Verein, verbrachten, mit 36 Jahren die besseren Karrierechancen hatten (Häfeli & Schellenberg, 2009). Diese Feststellung deckt sich mit den geäußerten Erfahrungen der Berufsbildenden des KSSG, dass das soziale Umfeld einen positiven Einfluss auf das Verhalten, Wohlbefinden und auf die Leistung der Jugendlichen habe (siehe [Kapitel 4.2.7](#)). Eine mögliche Interpretation ist, dass die Teilhabe in solchen Gruppen die Selbstwirksamkeit, welche eine wichtige interne Ressource darstellt, fördert (Häfeli & Schellenberg, 2009).

Die Einflussmöglichkeiten des KSSG auf ausserbetriebliche Aktivitäten der Lernenden sind natürlich sehr begrenzt, dennoch könnten vom Betrieb organisierte oder unterstützte Angebote die Jugendliche motivieren, auch in der Freizeit einem Hobby nachzugehen. Die meisten Forschungsarbeiten untersuchen die Auswirkungen von Freizeitaktivitäten auf die generelle berufliche Entwicklung von Jugendlichen und nicht in Bezug auf ein bestimmtes Alter oder Lehrjahr. Daher ist es nicht möglich, Schlussfolgerungen darüber zu ziehen, ob verschiedene Schutz- oder Erfolgsfaktoren im Bereich Freizeit und Peers je nach Zeitabschnitt eine unterschiedliche Bedeutung haben (Häfeli & Schellenberg, 2009).

Sensibilisierung und Stärkung der Berufsbildenden

Gemäß Stocker et al. (2021) sollten Berufsbildende mehr psychologische und pädagogische Expertise für die Zusammenarbeit mit Jugendlichen erlernen. Es wird betont, dass gerade die pädagogischen Kompetenzen ein entscheidender Erfolgsfaktor sind (Häfeli & Schellenberg, 2009; Stocker et al., 2021).

Die Erfahrungen, welche die Auszubildenden während ihrer Lehrzeit machen, prägen sie für ihren weiteren beruflichen Werdegang. Berufsbildende nehmen dabei eine Vorbildrolle ein. Umso wichtiger ist es, dass diese im Umgang mit den Lernenden geschult sind. Dazu gehören nebst den fachlichen Inhalten auch Themenfelder aus dem Bereich der psychischen Gesundheit (Schuler & Hirschler, 2021).

Bereits im [Kapitel 2.2](#) wurden einige dieser wissenswerten lebensphasenspezifischen Besonderheiten erwähnt. Auch Fähigkeiten in der professionellen Beziehungsgestaltung werden empfohlen. Der aktuelle Stand ist laut Stocker et al. (2021) eher ungenügend. Vernetzungsaktivitäten, Erfahrungsaustausch, eine verstärkte Zusammenarbeit mit der Berufsschule und Sensibilisierung des Unternehmens werden befürwortet. (Stocker et al., 2021)

Die Ergebnisse zeigen sowohl den Wunsch der Lernenden nach einer Sensibilisierung der Berufsbildenden im Bereich der psychischen Gesundheit als auch das Interesse der Berufsbildenden selbst, mehr darüber zu erfahren, wie sie Schwierigkeiten erkennen und angehen können.

Die Berufsbildenden sind überzeugt davon, dass es entscheidend sei, Probleme richtig und frühzeitig zu identifizieren, um sie erfolgreich meistern zu können. Das Angebot *Friendly Work Space Apprentice* von Gesundheitsförderung Schweiz bietet erstmals ein Gesamtangebot, welches Werkzeuge, Praxisbeispiele und Wissen rund um die Gesundheit von Lernenden im Betrieb vereint. Berufsbildende werden dabei unterstützt eine gesunde Entwicklung der Lernenden zu ermöglichen und einen erfolgreichen Einstieg in die Arbeitswelt zu gewährleisten. Hierzu gehören die frühzeitige Erkennung und altersgerechte Bewältigung von Problemen, einschließlich psychischer Probleme, sowie die Förderung des Verantwortungs- und Selbstbewusstseins der Lernenden. (Gesundheitsförderung Schweiz, 2023)

Die von den Berufsbildende angesprochene Überthematisierung der psychischen Gesundheit und die Verunsicherung, inwieweit psychische Probleme bei den Lernenden angesprochen werden sollen, wird in der Literatur auch aufgegriffen. In Stocker et al. (2021) wird die Fragen aufgeworfen, was im Verantwortungsbereich der Berufsbildenden liege. Es wird empfohlen das Thema psychische Gesundheit zu enttabuisieren und Lernende bei Bedarf darauf anzusprechen. Bedingung dafür sei eine Vertrauensbasis, die laut der Online-Befragung wohl gegeben ist. Es ist wichtig, jungen Erwerbstätigen das Gefühl zu geben, dass sie wahrgenommen und gesehen werden, indem man beispielsweise besorgt nach ihrem Befinden fragt. (Stocker et al., 2021)

Im Gegenzug ist es wichtig, dass die Lernenden informiert sind, wie sie angemessen reagieren können, falls es zu Schwierigkeiten kommen sollte. Das [Faktenblatt 80b](#) von Gesundheitsförderung Schweiz fasst wesentliche Tipps für Lernende, Berufsbildende und weitere Fachpersonen zusammen. Die Erwartungen des Betriebs an die Leistungen der Lernenden sollten klar kommuniziert werden. Betriebe und junge Erwerbstätige sollten über Unterstützungsmöglichkeiten informiert sein und diese bei Bedarf nutzen (Stocker et al., 2021). Mögliche Anlaufstellen findet man beispielsweise auf der Webseite *Friendly Work Space Apprentice* von Gesundheitsförderung Schweiz.

5.1.4 Arbeitszufriedenheit

Ein günstiger Einfluss auf die psychische Gesundheit hat auch die Arbeitszufriedenheit (Sabatella & Wyl, 2018). Daraus kann abgeleitet werden, dass diese Ressource auch den Lernenden des KSSG zugutekommt, da sie gemäß der Umfrage in allen Bereichen der Arbeitszufriedenheit mehrheitlich eine positive Einschätzung vornehmen.

Die befragten Berufsbildenden sowie Salzmann et al. (2015) kommen zum Schluss, dass es das Ziel der Ausbildung sein sollte, dass die Auszubildenden lernen mit Stress umzugehen und sich motivieren zu können, damit sie in Zukunft den Berufsalltag erfolgreich meistern können. Es ist entscheidend, dass die Berufsbildenden den Lernenden mit den möglichen Mitteln Sorge tragen, ihnen aber nicht die Eigenverantwortung abnehmen (Bolliger-Salzmann et al., 2015). Gemäß der Befragung der Berufsbildenden wurden bereits positive Erfahrungen damit gemacht.

Stocker et al., (2021) spricht davon, dass Lernende im Vergleich zu anderen Altersgruppen weniger Handlungsspielraum und Mitbestimmung bei der Erledigung ihrer Aufgaben haben, sich zeitlich weniger organisieren können, weniger ganzheitliche Arbeiten ausführen und häufiger das Gefühl haben, ihre Fähigkeiten nicht vollständig einsetzen zu können. Sie berichten auch häufiger von Aufgaben, deren Sinn sie nicht sehen oder die sie für illegitim halten, und haben seltener das Gefühl, sinnvolle Arbeit zu leisten. Darüber hinaus bringen sie sich weniger mit innovativen Ideen und Lösungsvorschlägen ein (Stocker et al., 2021).

Die Ergebnisse der Online-Befragung zeigen ein etwas anderes Bild. Ein Großteil der Lernenden ist beispielweise *zufrieden* bis *sehr zufrieden* mit der Möglichkeit das Gelernte bei der Arbeit anwenden zu können und der erhaltenen Anerkennung für die berufliche Leistung. Auch die Gruppendiskussion ergibt, dass den Berufsbildenden bewusst ist, dass die obengenannten Aspekte einen Einfluss auf das Wohlbefinden der Lernenden haben. Mit abwechslungsreicher Arbeitsgestaltung, Anerkennung der geleiteten Arbeit und konsequenter Ermutigung versuchen sie bereits jetzt die Faktoren positiv zu beeinflussen und die Motivation hochzuhalten.

Gemäß einem Bericht der Schweizerischen Konferenz der kantonalen Erziehungsdirektoren [EDK] ist die Vielseitigkeit der Arbeit der bedeutendste Einflussfaktor auf die Ausbildungszufriedenheit. Besonders günstig erweisen sich konstruktivistische Lern-Methoden. Im Unterschied zu instruktivistischen Ausbildenden geben Konstruktivisten den Lernenden mehr Freiraum und Eigenverantwortung, damit diese selbstständig Neues lernen, auch wenn ihnen dabei Fehler unterlaufen. Eine abwechslungsreiche, selbstständige und herausfordernde Arbeits- und Ausbildungssituation führt zu Erfolgserlebnissen, fördert das berufliche Engagement und damit auch den Verbleib in der Ausbildung und im Beruf. (Häfeli & Schellenberg, 2009)

Was den Handlungsspielraum junger Erwerbstätiger betrifft, macht man in der Berufsbildung gute Erfahrungen mit Ausbildungsformaten, in denen Jugendliche, eigenverantwortlich Projekte durchführen. Dadurch können junge Berufseinsteiger lernen, mit Stress umzugehen und ihre psychische Widerstandsfähigkeit zu stärken. Es ist auch empfehlenswert, eine Kultur der Offenheit und des Vertrauens zu schaffen, in der Auszubildende offen über psychische Belastungen sprechen können, ohne sich stigmatisiert zu fühlen. Hierfür könnte eine offene Kommunikation und eine klare Haltung des Managements gegenüber psychischen Belastungen am Arbeitsplatz sorgen (Stocker et al., 2021). Allgemein ist darauf zu achten, dass jegliche Fördermassnahmen möglichst präventiv wirken (Häfeli & Schellenberg, 2009).

Abschließend ist festzuhalten, dass es bedeutend weniger Forschungen zu den betrieblichen als zu den schulischen Lernprozessen und Interventionen gibt. Dies ist angesichts der großen Bedeutung des Lernort Betrieb bedauerlich. Eine wichtige Untersuchung wäre, wie Auszubildende in Betrieben schwierige Ausbildungssituationen erfolgreich bewältigen können und welche präventiven und erfolgreichen Interventionsprogramme bereits in der Praxis implementiert sind. Zudem wäre es wichtig, die verschiedenen Erfolgsraten bei Lehrabschlussprüfungen genauer unter dem Gesichtspunkt der betrieblichen Unterstützungsmöglichkeiten zu analysieren.

5.2 Beantwortung der Fragestellungen

Im Folgenden werden die Fragestellungen übersichtlich und kurz beantwortet.

Welche Themen der psychischen Gesundheit sind für Lernende des KSSG besonders relevant?

Für Lernende am KSSG sind verschiedene Themen im Bereich der psychischen Gesundheit von hoher Bedeutung. Ausgehend von den Ergebnissen und der aktuellen Literatur können folgende Schwerpunkte identifiziert werden:

- Eine häufig auftretende Problematik bei Lernenden ist *Müdigkeit und Erschöpfung*.
- Ein weiterer wichtiger Faktor ist die *Berufsschule*. Hier hat das KSSG vorwiegend Einfluss auf die Zusammenarbeit, aber nicht auf die Berufsschule selbst.
- Neben der Unterstützung in der Schule ist es auch wichtig, die *soziale Unterstützung* der Lernenden im Betrieb zu fördern. Dies kann einerseits durch Gleichaltrige [Peers], andererseits durch eine stabile Beziehung zu den Berufsbildenden erreicht werden. Letzteres wird gemäß der Befragung der Lernenden schon vorbildlich gelebt.
- Eine weitere wichtige Maßnahme ist die *Sensibilisierung der Berufsbildenden*. Diese sollten über die Relevanz der psychischen Gesundheit von Lernenden und zu pädagogischen Handlungsmöglichkeiten aufgeklärt werden, damit sie entsprechende Maßnahmen ergreifen, um das psychische Wohlbefinden der Lernenden zu fördern.
- Nicht zuletzt ist auch die *Arbeitszufriedenheit* ein wichtiger Faktor.

Insgesamt gibt es also verschiedene Themen, die für die psychische Gesundheit von Lernenden am KSSG bedeutsam sind. Durch gezielte Maßnahmen und Unterstützung können diese Aspekte weiter vertieft und somit die psychische Gesundheit der Lernenden erhalten und gefördert werden.

Welche Anforderungen und Ressourcen haben die Lernenden am KSSG gemäss ihrer eigenen Einschätzung zurzeit?

Die folgende Abbildung gibt einen Überblick über die identifizierten Anforderungen und Ressourcen.

Hinweis: Die kursiv geschriebenen Faktoren wurden durch die qualitative Gruppendiskussion ermittelt, die übrigen stammen aus der Online-Befragung. In den Erhebungen wurde vorwiegend auf die externen Aspekte bezuggenommen.

Tabelle 3: Identifizierte Anforderungen und Ressourcen

Psychische Gesundheit	
Interne Anforderungen <ul style="list-style-type: none"> • Stressor: Wenn ich etwas nicht erreiche • Pubertät • <i>Kulturelle Unterschiede</i> • <i>Stress</i> • <i>Anpassung an die Arbeitswelt</i> 	Externe Anforderungen <ul style="list-style-type: none"> • <i>Arbeitsbezogene Anforderung</i> • Berufsschule (Kombination mit Lehrbetrieb) • Müdigkeit • Erschöpfung • Zeitmangel • <i>Familiäre Belastungen</i>
Interne Ressourcen	Externe Ressourcen <ul style="list-style-type: none"> • Arbeitszufriedenheit • Soziale Unterstützung der Berufsbildenden • Gute soziale Beziehung zu den Arbeitskolleg:innen und Vorgesetzten • Regelmässige Gespräche mit der berufsbildenden Person

In welchem Bereich der psychischen Gesundheit sehen die Multiplikator:innen der Lernenden des Kantonsspital St. Gallen den größten Handlungsbedarf?

In der Gruppendiskussion der Berufsbildenden bzw. der Multiplikator:innen der Lernenden hat sich gezeigt, dass sie nur einen geringen Handlungsbedarf bei den Lernenden bezüglich der psychischen Gesundheit sehen. Vielmehr wird bereits von einer Überthematization der psychischen Gesundheit gesprochen. Ihnen ist wichtig, dass die Vermittlung beruflicher Kompetenzen in den Vordergrund gestellt wird. Die Berufsbildenden sehen eher bei sich selbst einen Handlungsbedarf, in dem sie für das Thema der psychischen Gesundheit stärker sensibilisiert werden. Es bleibt jedoch unklar, inwieweit es überhaupt ihre Aufgabe sei, sich mit dieser Thematik auseinanderzusetzen.

5.3 Limitationen

Eine wesentliche Einschränkung betrifft die Grösse der untersuchten Stichprobe der Online-Befragung. Es wurden diverse Anstrengungen unternommen, um einen möglichst hohen Rücklauf zu erreichen. Leider blieben diese Bemühungen erfolglos und es wurde nur eine Rücklaufquote von 34 Prozent erreicht. Auf Grund der kleinen Stichprobe (N=22) sind die Ergebnisse nur zu einem gewissen Teil repräsentativ und aussagekräftig. Anhand der Daten können nur Hinweise gegeben werden, welche Themen der psychischen Gesundheit für die Lernenden am KSSG relevant sein könnten.

Aufgrund der kleinen Stichprobe und der Kapazitätsbeschränkung wird in dieser Arbeit nicht auf die Unterschiede zwischen den Lehrjahren eingegangen, obwohl diese Aspekte von Interesse sind.

Eine weitere Schwachstelle besteht darin, dass nicht alle Ausbildungsberufe abgedeckt sind und FaGe-Lernende nicht einbezogen wurden. Besonders zu vermerken ist, dass vorwiegend Lernende aus dem kaufmännischen Bereich die Online-Befragung ausgefüllt haben. Dies ist vermutlich darauf zurückzuführen, dass sie im Arbeitsalltag oft am Computer arbeiten.

Eine weitere Limitierung liegt beim Umfang der Untersuchungen. Da sich die vorliegende Arbeit nur mit einer Auswahl von Ressourcen und Anforderungen für die psychische Gesundheit befasst, können keine allgemeingültigen Aussagen über die psychische Gesundheit der Lernenden bzw. andere Aspekte gemacht werden.

6 Schlussfolgerung

Abschliessend werden die Erkenntnisse aus der Diskussion genutzt, um ein Fazit zu ziehen, Empfehlungen darzustellen und die Bedeutung für das Praxisfeld der Gesundheitsförderung und Prävention hervorzuheben. Zum Schluss wird noch der weitere Forschungsbedarf skizziert.

6.1 Fazit

Die Lernenden des KSSG weisen eine positive psychische Gesundheit auf und verfügen bereits heute über essentielle Ressourcen. Besonders hervorzuheben ist die soziale Unterstützung, welche die Lernenden erfahren. Um die gute Verfassung aufrechtzuerhalten, bedarf es der Bewahrung und Förderung dieser Ressourcen. Ebenfalls sollen identifizierte Belastungen bzw. Anforderungen, wenn es der Kontext zulässt, vermindert werden.

Insbesondere ist ein Augenmerk auf die Zusammenarbeit mit der Berufsschule, die soziale Unterstützung durch Mitlernenden, die Sensibilisierung der Berufsbildenden und Aspekte der Arbeitszufriedenheit zu legen. Durch die Stärkung von externen Ressourcen werden auch interne Ressourcen wie die Selbstwirksamkeit und die Überzeugung von der Handhabbarkeit von Herausforderungen positiv beeinflusst.

Beim Prozess der Optimierung kann das KSSG als grosses Unternehmen eine bedeutende Ressource darstellen. Denn eine mögliche Erklärung, für die gesamthaft doch positiven Ergebnisse wäre, dass in einem Großbetrieb wie das KSSG aufgrund der vermehrten zeitlichen und finanziellen Ressourcen bereits viel für die psychische Gesundheit der Lernenden unternommen werden kann.

Um die psychische Gesundheit von Mitarbeitenden und insbesondere von jungen Berufseinsteigern zu fördern, sollten Betriebe, so auch das KSSG, einen präventiven Zugang wählen. Reaktiv handeln ist nicht ausreichend, um den heutigen psychischen Belastungen, die am Arbeitsplatz und während einer Ausbildung entstehen können, entgegenzutreten. Stattdessen ist es erforderlich, proaktiv zu agieren und im Voraus Maßnahmen zu ergreifen. Dabei spielen die zur Verfügung stehenden Ressourcen sicherlich eine zentrale Rolle.

6.2 Empfehlungen für die Praxis

In der unterstehenden Tabelle sind die verschiedenen Empfehlungen für die Praxis beziehungsweise für das KSSG aufgelistet.

Tabelle 4: Übersicht Empfehlungen

Themenbereich	Empfehlungen
Allgemeine Aspekte	<ul style="list-style-type: none"> - Betrieb und die Lernende sensibilisieren - psychische Gesundheit enttabuisieren - präventiver Zugang wählen - offene Kommunikation und eine klare Haltung des Managements gegenüber psychischen Belastungen zeigen
Berufsschule	<ul style="list-style-type: none"> - regelmäßigen und systematischen Informationsaustausch zwischen Berufsschule und Lehrbetrieb leben - Partizipation der Lernenden ausbauen - Zusammenarbeit zwischen Betrieb, Berufsschule und öffentlichen Angeboten der Jugendarbeit stärken
Soziale Unterstützung	<ul style="list-style-type: none"> - kompetente, unterstützende Bezugspersonen bieten - lehrjahrübergreifender Austausch fördern - Mentoring-Programme anbieten - Austausch zwischen Gleichaltrigen (Peer-Ansatz) unterstützen - außerbetriebliche Aktivitäten fördern
Sensibilisierung der Berufsbildenden	<ul style="list-style-type: none"> - pädagogischen und psychologischen Kompetenzen der Berufsbildenden fördern - Kompetenzrahmen der Berufsbildenden festigen - Vernetzungsaktivitäten und Erfahrungsaustausch organisieren - Präventive Herangehensweise und Kommunikationsskills im Umgang mit Lernenden schulen - <i>Friendly Work Space Apprentice</i> von Gesundheitsförderung Schweiz nutzen - Fähigkeiten in der professionellen Beziehungsgestaltung schulen - Vorbildfunktion als berufsbildende Person leben
Arbeitszufriedenheit	<ul style="list-style-type: none"> - Lernenden Eigenverantwortung und Freiraum geben - abwechslungsreiche Arbeitsgestaltung ermöglichen - geleisteten Arbeit anerkennen - konstruktivistische Lern-Methoden verwenden - Handlungsspielraum vergrössern (Lernende eigenverantwortlich Projekte durchführen lassen)

6.3 Implikationen für das Praxisfeld Gesundheitsförderung und Prävention

Für die Gesundheitsförderung und Prävention geben die erlangten Ergebnisse einen Anhaltspunkt darüber, welche Themen der psychischen Gesundheit für Auszubildende relevant sein könnten. Die Übertragung der Ergebnisse auf andere Betriebe kann aufgrund der kleinen Stichprobe nur begrenzt gemacht werden. Für die Berufsgruppe der Gesundheitsförderung und Prävention soll zukünftig mitbedacht werden, dass Lernende eine vulnerable Zielgruppe darstellen und nicht vergessen werden dürfen.

Es kann davon ausgegangen werden, dass die Jugendlichen von dem in der Berufsausbildung gelernten Umgang mit Anforderungen und den erlangten Ressourcen auch im zukünftigen Berufsalltag und Privatleben profitieren. Folglich kann die Stärkung der psychischen Gesundheit von jungen Berufspersonen eine wertvolle Investition in die Zukunft sein und so langfristig zum Erfolg des Unternehmens beitragen. Diese Argumentation kann bedeutend sein, wenn es um die Legitimation von gesundheitsförderlichen Massnahmen gegenüber ökonomischen Anliegen geht.

6.4 Ausblick und weiterer Forschungsbedarf

Die vorliegende Arbeit hat sich intensiv mit der psychischen Gesundheit von Auszubildenden, insbesondere mit denen des KSSG, auseinandergesetzt. Dabei wurden Themen und Empfehlungen identifiziert, die eine wichtige Grundlage für die Entwicklung von einem geeigneten Input ins Programm *Generation-KSSG* oder anderwärtigen Aktivitäten der HR-Bildung darstellen. Nun stellt sich unter anderem die Frage, wie diese Erkenntnisse konkret in der Praxis umgesetzt werden können und welche Herangehensweise die Lernenden und/oder die Berufsbildenden bevorzugen würden? Zudem müsste man sich mit den Bedenken, welche die Lernende bei der Auseinandersetzung mit solchen Themen haben, beschäftigen. Welche Hürden gibt es dabei? Wie sieht eine pädagogisch sinnvolle und nachhaltige Vermittlung bei der Zielgruppe *Lernende* aus?

Insgesamt gibt es also noch viele offene Fragen und erheblichen Forschungsbedarf, wenn es um das Thema psychische Gesundheit in der Berufsausbildung geht. Es bleibt spannend zu beobachten, ob und wie die HR-Bildung des KSSG die Empfehlungen umsetzen wird und welche neuen Erkenntnisse und Ansätze in der Forschung hervorgebracht werden.

7 Literaturverzeichnis

- Amstad, F., Blum, A., & Martina, B. (2015). *Companion – Psychische Gesundheit bei Jugendlichen im betrieblichen Umfeld. Ergebnisse aus dem Pilotprojekt.*
- Becker. (2003). Anforderungs-Ressourcen-Modell in der Gesundheitsförderung. In Bundeszentrale für gesundheitliche Aufklärung (Hrsg.), *Leitbegriffe der Gesundheitsförderung* (S. 13–15). Fachverlag Peter Sabo.
- Becker, P. (2006). *Gesundheit durch Bedürfnisbefriedigung.* Hogrefe.
- Blümel, S. (2020). Systemisches Anforderungs-Ressourcen-Modell in der Gesundheitsförderung. *Leitbegriffe der Gesundheitsförderung und Prävention: Glossar zu Konzepten, Strategien und Methoden.*
<https://doi.org/10.17623/BZGA:224-I121-2.0>
- Bolliger-Salzmänn, H., Müller, V., & Omlin, M. (2015). *Psychische Gesundheit der Jugendlichen im Kanton Aargau. Ein Bericht mit Grundlagen, Zahlen, Beispielen und Empfehlungen.* Kanton Aargau Departement Gesundheit und Soziales: Denkmal GmbH: Aarau.
- Bundesamt für Gesundheit (BAG). (2022). *Psychische Gesundheit und psychiatrische Versorgung.*
<https://www.bag.admin.ch/bag/de/home/strategie-und-politik/politische-auftraege-und-aktionsplaene/politische-auftraege-im-bereich-psychische-gesundheit.html>
- Faltermaier & Hübner. (2020). *Anforderungs-Ressourcen-Modell.* Dorsch: Lexikon der Psychologie. <https://dorsch.hogrefe.com/stichwort/anforderungs-ressourcen-modell>
- Gesundheitsförderung Schweiz. (2018). *Companion – Psychische Gesundheit bei Jugendlichen im betrieblichen Umfeld. Ergebnisse aus Pilotphase II.*
- Gesundheitsförderung Schweiz (Hrsg.). (2020). *Job-Stress-Index 2020.*
- Gesundheitsförderung Schweiz. (2023). *FWS Apprentice.* FWS Apprentice.
<https://www.fws-apprentice.ch/>
- Güntzer, A. (2015). *Juvenir- Studie 4.0 Zuviel Stress- zuviel Druck! Wie Schweizer Jugendliche mit Stress und Leistungsdruck umgehen.* Zürich: Jacobs Foundation.

- Häfeli, K., & Schellenberg, C. (2009). *Erfolgsfaktoren in der Berufsausbildung bei gefährdeten Jugendlichen* (Nr. 29A). Schweizerische Konferenz der kantonalen Erziehungsdirektoren.
- Klasen, F., Meyrose, A.-K., Otto, C., Reiss, F., & Ravens-Sieberer, U. (2017). Psychische Auffälligkeiten von Kindern und Jugendlichen in Deutschland: Ergebnisse der BELLA-Studie. *Monatsschrift Kinderheilkunde*, 165(5), 402–407. <https://doi.org/10.1007/s00112-017-0270-8>
- Kolip, P., Ackermann, G., Ruckstuhl, B., & Studer, H. (2019). *Gesundheitsförderung mit System: Qualitätsentwicklung in Projekten und Programmen der Gesundheitsförderung und Prävention* (2., vollständig überarbeitete Auflage). Hogrefe.
- Morfeld, M., Kirchberger, I., & Bullinger, M. (2011). *SF-36 Fragebogen zum Gesundheitszustand: Deutsche Version des Short Form-36 Health Survey*.
- Nekula, F. (1973). *Die Gemeinwirtschaft in Österreich*. Europäische Verlagsanstalt.
- Sabatella, F., & Wyl, A. von (Hrsg.). (2018). *Jugendliche im Übergang zwischen Schule und Beruf: Psychische Belastungen und Ressourcen*. Springer.
- Schreier, M. (2014). *Varianten qualitativer Inhaltsanalyse. Ein Wegweiser im Dickicht der Begrifflichkeiten*.
- Schuler, D., Tuch, A., & Peter, C. (2020). *Psychische Gesundheit in der Schweiz. Monitoring 2020*. ((Obsan Bericht 15/2020)). Schweizerisches Gesundheitsobservatorium.
- Schuler & Hirschler. (2021). *Jugendliche durch die Lehrzeit begleiten*. HR Today. <https://hrtoday.ch/de/article/jugendliche-durch-die-lehrzeit-begleiten>
- SKBF (Hrsg.). (2018). *Bildungsbericht Schweiz 2018*. SKBF.
- Stocker, D., Jäggi, J., Berset, M., Schläpfer, D., Németh, P., Kaeslin, S., & Goebel, S. (2021). *Junge Erwerbstätige – Arbeitsbedingungen und Gesundheit*.
- Weltgesundheitsorganisation (Hrsg.). (2019). *Psychische Gesundheit—Faktenblatt*.
- World Health Organization. (1948). *Constitution of the World Health Organization*.
- World Health Organization. (2001). *Überwindung von Hindernissen für die psychische Gesundheit*. WHO.

8 Weitere Verzeichnisse

8.1 Abbildungsverzeichnis

Abbildung 2: Systemisches Anforderungs- und Ressourcen Modell (Quelle: Becker, P., 2003).....	8
Abbildung 3: Ergebnisse der Online-Befragung zur Aussage «Ich nehme mir trotz Druck bewusst Zeit für andere Aktivitäten wie Ausgang oder Hobbys».....	17
Abbildung 4: Ergebnisse der Online-Befragung zur Aussage «Ich mache gezielt Sport oder andere Aktivitäten als Ausgleich».....	17
Abbildung 5: (Sehr) zufrieden mit dem Arbeitsinhalt, nach Lehrjahren	18
Abbildung 6: (Sehr) zufrieden mit der sozialen Beziehung zu meinen Vorgesetzten, nach Lehrjahren	19
Abbildung 7: (Sehr) zufrieden mit der Anerkennung für die berufliche Leistung, nach Lehrjahren	20
Abbildung 8: Meistens oder immer müde in den vergangenen 4 Wochen, nach Lehrjahren.....	21
Abbildung 9: (Meistens) immer erschöpft in den letzten 4 Wochen, nach Lehrjahren	21
Abbildung 10: Ergebnisse der Online-Befragung zur Frage «Wie oft waren Sie in den vergangenen 4 Wochen so niedergeschlagen, dass Sie nichts mehr aufheitern konnte?»	22
Abbildung 11: Ergebnisse der Online-Befragung zur Frage «Wie oft waren Sie in den vergangenen 4 Wochen glücklich?»	22
Abbildung 12: Was stresst die Lernenden am meisten (N=14), Skala: 1: stresst am wenigsten, 10 stress am meisten	23

8.2 Tabellenverzeichnis

Tabelle 1: SAR-Modell theoretische Zuordnung (eigene Darstellung in Anlehnung an Becker et al., 1994)	9
Tabelle 2: Stichprobe der Online-Umfrage (N=22, eigene Darstellung)	10
Tabelle 3: Identifizierte Anforderungen und Ressourcen	44
Tabelle 4: Übersicht Empfehlungen	48

8.3 Abkürzungsverzeichnis

BGM	Betriebliches Gesundheitsmanagement
EFZ	Eidgenössisches Fähigkeitszeugnis
FaGe	Fachperson Gesundheit
HR	Human Resources
KSSG	Kantonsspital St. Gallen
SAR-Modell	Systemisches Anforderungs- und Ressourcenmodell
WHO	Weltgesundheitsorganisation

9 Eigenständigkeitserklärung und Wortzahl

Ich, Sanja Breu, [REDACTED], erkläre hiermit, dass ich die vorliegende Arbeit selbständig, ohne Mithilfe Dritter und unter Benutzung der angegebenen Quellen verfasst habe.

Ort, Datum und Unterschrift

[REDACTED]

[REDACTED]

Wortzahl

Wortzahl des Abstracts (ohne Keywords): 200

Wortzahl des Abstracts (mit Keywords): 217

Wortzahl der Bachelorarbeit: 9'982

(exklusive Abstract, Danksagung, Tabellen und Abbildungen sowie deren Beschriftungen, Inhalts- und Literaturverzeichnis sowie weitere Verzeichnisse, Eigenständigkeitserklärung und Anhänge)

10 Anhang

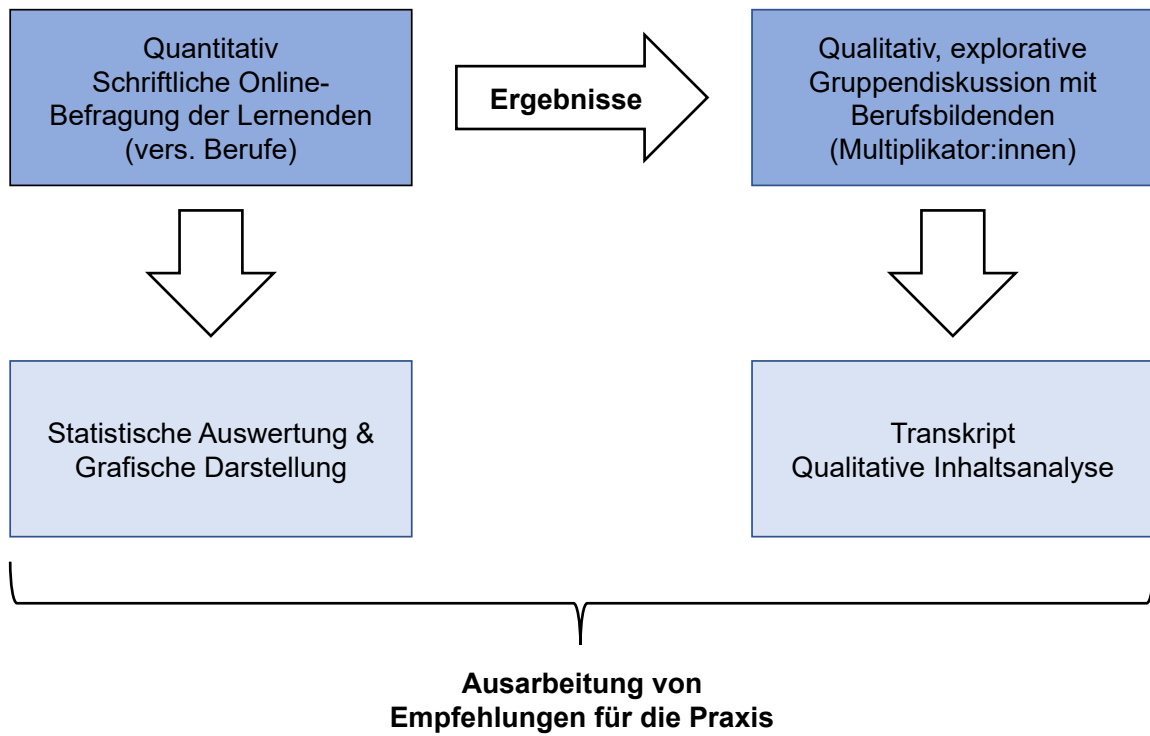
10.1 Anhang A: Ressourcen und Zeitplan

Kontakte

Für die Erarbeitung meiner Bachelorarbeit war die **HR-Bildung** eine wichtige Ressource, vorwiegend in der Rekrutierung der Stichprobe. Sie haben den Zugang zu beiden Untersuchungsgruppen (Lernende und Berufsbildenden) ermöglicht. Des Weiteren konnten sie ihre Erfahrungen in allen Bereichen der Arbeit miteinbringen. Das Team **Qualitätsmanagement** vom Kantonsspital St. Gallen hat mich in der Durchführung der Online-Befragung begleitet.

Massnahme	Aug. 2022	Sept. 2022	Okt. 2022	Nov. 2022	Dez. 2022	Jan. 2023	Feb. 2023	März 2023	April 2023	Mai 2023
Vorprojekt										
Themeneingabe durch Studierende	Bis KW33									
Zuteilung Dozierende für Begleitung BA		Bis KW36								
Beratungsgespräch für Exposé		KW38								
Exposé-Werkstätten		KW36- KW38								
Abgabe Exposé			KW40							
Evtl. Korrektur Exposé			Bis KW43							
Start Bachelorarbeit				KW44						
Hauptteil										
Erarbeitung der Datenerhebungsinstrumente										
Durchführung der Datenerhebung										
Datenauswertung										
Ableitung von Empfehlungen										
Schreiben										
Grobe Gliederung der BA										
Rohfassung Einleitung										
Theoretischer Hintergrund										
Methode										
Ergebnisse										
Schlussfolgerung (Empfehlungen)										
Ausarbeitung Konzept Teilprojekt										
Korrekturlesen										
Finalisierung										
Abschlussphase										
Drucken und Binden										
Abgabe Bachelorarbeit										KW18
Präsentation Bachelorarbeit										Juni
Ende										

10.2 Anhang B: Grafische Darstellung der Methoden



10.3 Anhang C: Unterlagen der quantitativen Forschungsmethode

Fragebogen der quantitativen Online-Befragung

Titel

Befragung zur psychischen Gesundheit der Lernenden am Kantonsspital St. Gallen

Einleitungstext

Liebe Lernende

Ich bin Sanja Breu, Studentin im Bachelor Gesundheitsförderung & Prävention in Winterthur. Zurzeit bin ich Praktikantin im HR-Gesundheitsmanagement am Kantonsspital St. Gallen. Im Rahmen meiner Bachelorarbeit versuche ich herauszufinden, in welchem Bereich der psychischen Gesundheit der Lernenden am Kantonsspital St. Gallen am meisten Handlungsbedarf besteht. Dafür ist es mir wichtig Ihre Meinungen abzuholen. Vielen Dank im Voraus!

Möchten Sie einen Konsumationsgutschein für das Restaurant vitamin am Kantonsspital St. Gallen gewinnen?

Unter allen Teilnehmenden werden drei Konsumationsgutschein verlost. Alles, was Sie dafür tun müssen, ist sich 10 bis 20 Minuten Zeit nehmen und einige Fragen beantworten. Mit einer Teilnahme unterstützen Sie mich in der Erarbeitung meiner Bachelorarbeit.

Die Auswertung erfolgt **anonym** und die Daten werden vertraulich behandelt. Die Teilnahme ist jedoch **freiwillig**.

Sie werden gebeten, die Umfrage bis am **30. November 2022** auszufüllen.

Vielen Dank für Ihre Unterstützung!

Bei Fragen und/oder Unklarheiten erreichen Sie mich unter folgender E-Mail-Adresse: [REDACTED]

Hinweise zum Fragebogen

Bitte beantworten Sie die Fragen möglichst spontan und ehrlich mit der zutreffenden Antwortmöglichkeit. Es gibt kein richtig oder falsch. Die Bearbeitung dauert ca. 10-20 Minuten und wird anonym ausgewertet.

SAR-Modell	Was und Quelle	Item	Antwortformat	Auswertung
	Soziodemografische Angaben	Stichprobenbeschreibung		
	Anweisung			
	Geschlecht	Wer sind Sie?	Dropdown: <input type="radio"/> Mann <input type="radio"/> Frau <input type="radio"/> Divers (non-binär, anderes)	Gibt es Unterschiede zwischen den Geschlechtern?

s	Beruf Eigenes Item	Welchen Beruf erlernen Sie?	Dropdown: <input type="radio"/> Kaufmann/-frau EFZ <input type="radio"/> Informatiker/-in EFZ <input type="radio"/> Fachmann/-frau Betreuung EFZ <input type="radio"/> Medizinische/-r Praxisassistent/-in EFZ <input type="radio"/> Logistiker/-in EFZ <input type="radio"/> Hauswirtschaftspraktiker/-in EFZ <input type="radio"/> Koch/Köchin EFZ <input type="radio"/> Medizinproduktetechnologe/-login EFZ <input type="radio"/> Fachmann/-frau Betriebsunterhalt EFZ <input type="radio"/> Gebäudereiniger/-in EFZ <input type="radio"/> Elektroinstallateur/-in EFZ	Gibt es Unterschiede zwischen den Berufen? Berufsgruppen?
	Lehrjahr Eigenes Item	In welchem Lehrjahr befinden Sie sich zurzeit?	<input type="radio"/> 1. Lehrjahr <input type="radio"/> 2. Lehrjahr <input type="radio"/> 3. Lehrjahr <input type="radio"/> 4. Lehrjahr	Gibt es Unterschiede zwischen den Lehrjahren?
	Wohnsituation	Wo wohnen Sie zurzeit?	<input type="radio"/> Wohngemeinschaft <input type="radio"/> Elternhaus <input type="radio"/> Allein	
	Stress Jugend Studie 4.0		Was machen Lernende gegen Stress?	
	Anweisung	Bitte geben Sie an wie stark die Aussagen auf Sie zutreffen.		
Es gibt verschiedene Möglichkeiten, mit Stress und Leistungsdruck umzugehen. Was trifft auf Sie zu?				
Interne Ressource	Jugend	Ich nehme mir trotz Druck bewusst Zeit für andere Aktivitäten wie Ausgang oder Hobbys.	Von links nach rechts 1 trifft überhaupt nicht zu 2 3 4 trifft voll und ganz zu	Präventives Verhalten
Interne Ressource	Jugend	Ich suche mir kurze Entspannungsphasen, in denen ich etwas anders mache.	Von links nach rechts 1 trifft überhaupt nicht zu 2 3 4 trifft voll und ganz zu	Präventives Verhalten

Interne Ressource	Juvenir	Ich mache gezielt Sport oder andere Aktivitäten als Ausgleich?	Von links nach rechts 1 trifft überhaupt nicht zu 2 3 4 trifft voll und ganz zu	Coping
Externe Ressource	Juvenir	Ich suche mir Beratung und Unterstützung bei Freunden oder in der Familie.	Von links nach rechts 1 trifft überhaupt nicht zu 2 3 4 trifft voll und ganz zu	Soziale Unterstützung
	Anweisung	Bilden Sie eine Rangreihe, beginnend mit dem, was Sie am meisten stresst.		
Externe Anforderung	Eigenes Item	Was stresst Sie am meisten?	<input type="radio"/> Die Berufsschule <input type="radio"/> Zeitmangel <input type="radio"/> Streit in der Familie <input type="radio"/> Mobbing in der Schule oder am Arbeitsplatz <input type="radio"/> Streitereien mit Gleichaltrigen <input type="radio"/> Wenn ich etwas nicht erreiche <input type="radio"/> Hohe Erwartungen der Berufsbildenden <input type="radio"/> Hohe Erwartungen der Eltern <input type="radio"/> Wohnsituation <input type="radio"/> Finanzielle Sorgen	
	Eigenes Item	Gibt es noch etwas, was Sie stresst und oben nicht aufgelistet ist?	Offenes Antwortformat	
	Psychische Gesundheit von Lernenden	Diese Daten sollen die Frage nach dem Ist-Zustand und Wünschen der Lernenden erheben.		
	Anweisung	Bitte geben Sie an, wie stark folgende Aussagen auf Sie zutreffen. <i>Begriffserklärung</i> <i>Unter berufsbildender Person bzw. Berufsbildnerin und Berufsbildner wird die Person gemeint, die Sie in der Praxis ausbildet und begleitet.</i>		
Externe Ressource	Eigenes Item	Psychische Gesundheit und Wohlbefinden wird am Kantonsspital St. Gallen thematisiert.	Von links nach rechts 1 trifft überhaupt nicht zu 2 3 4 trifft voll und ganz zu	Aktive Teilnahme an GF

Externe Ressource	Eigenes Item	Ich wünsche mir, dass am Kantonsspital St. Gallen mehr für mein Wohlbefinden gemacht wird.	Von links nach rechts 1 trifft überhaupt nicht zu 2 3 4 trifft voll und ganz zu	Äussere Lebensbedingungen
Externe Ressource	Eigenes Item	Ich kann mit meiner berufsbildenden Person auch über private Sorgen sprechen.	Von links nach rechts 1 trifft überhaupt nicht zu 2 3 4 trifft voll und ganz zu	Soziale Unterstützung
Externe Ressource	Eigenes Item	Meine berufsbildende Person nimmt mich ernst.	Von links nach rechts 1 trifft überhaupt nicht zu 2 3 4 trifft voll und ganz zu	Soziale Unterstützung
Externe Anforderung	Eigenes Item	Ich darf am Kantonsspital St. Gallen jederzeit um Hilfe fragen.	Von links nach rechts 1 trifft überhaupt nicht zu 2 3 4 trifft voll und ganz zu	Soziale Unterstützung
Externe Ressource	Eigenes Item	Am Kantonsspital St. Gallen wird allgemein Wert auf Erholung gelegt.	Von links nach rechts 1 trifft überhaupt nicht zu 2 3 4 trifft voll und ganz zu	Äussere Lebensbedingungen
		Anweisung	Bitte nennen Sie alle Angebote.	
Externe Ressource	Eigenes Item	Welche Angebote im Bereich psychische Gesundheit und Wohlbefinden kennen Sie vom Kantonsspital St. Gallen?	<input type="checkbox"/> Teamsitzung <input type="checkbox"/> Regelmässige Gespräche mit der berufsbildenden Person <input type="checkbox"/> Möglichkeit bei der Arbeitsplanung mitzusprechen <input type="checkbox"/> Hausaufgabenhilfe <input type="checkbox"/> Götti / Gotti System unter den Lernenden <input type="checkbox"/> Lernenden Ausflug <input type="checkbox"/> Bewusste Gespräche/Inputs zum Thema psychische Gesundheit <input type="checkbox"/> Sonstiges (<i>offenes Antwortfeld</i>)	Äussere Lebensbedingungen

	Anweisung	Bitte formulieren Sie frei eine Antwort		
Interne Anforderung	Eigenes Item	Was wünschen Sie sich vom Kantonsspital St. Gallen zur Unterstützung Ihres psychischen Wohlbefindens?	Offenes Antwortformat	Zusammenfassende Inhaltsanalyse
	Arbeitszufriedenheit Formen der Arbeitszufriedenheit FAZ Richter P.G., Rau, R. & Mühlpfordt, S. (Hrsg.) (2007)	Mit diesen Daten wird die Zufriedenheit am Arbeitsplatz gemessen. Sie geben Auskunft über einzelne Dimensionen des SAR-Modells in Bezug auf die Arbeit. Die unter Auswertung aufgeführten Begriffe beeinflussen laut den angegebenen Quellen die psychische Gesundheit der Lernenden.		Beantwortung der Frage nach Einflussfaktoren in der Lehre
	Anweisung	Bitte geben Sie an, wie zufrieden Sie mit folgenden Merkmalen sind.		
Interne Ressource	2 FAZ	Mit dem eigentlichen Inhalt Ihrer Arbeitstätigkeit (mit dem, was Sie täglich machen).	Von links nach rechts 1 sehr unzufrieden 2 unzufrieden 3 eher unzufrieden 4 eher zufrieden 5 zufrieden 6 sehr zufrieden	Psychische Gesundheit
Externe Ressource	4 FAZ	Mit den Möglichkeiten, das Gelernte bei der Arbeit anzuwenden.	Von links nach rechts 1 sehr unzufrieden 2 unzufrieden 3 eher unzufrieden 4 eher zufrieden 5 zufrieden 6 sehr zufrieden	Kontrolle über die Arbeit
Externe Ressource	6 FAZ	Mit der Anerkennung für Ihre berufliche Leistung und für die Ergebnisse Ihrer Arbeit.	Von links nach rechts 1 sehr unzufrieden 2 unzufrieden 3 eher unzufrieden 4 eher zufrieden 5 zufrieden 6 sehr zufrieden	Soziale Beziehung (Wenschel, 2009)
Externe Ressource	8 FAZ	Mit den Möglichkeiten, Ihre Arbeit selbstständig zu planen, zu organisieren und zu kontrollieren.	Von links nach rechts 1 sehr unzufrieden 2 unzufrieden 3 eher unzufrieden 4 eher zufrieden	Kontrolle über die Arbeit

			5 zufrieden 6 sehr zufrieden	
Externe Ressource	9 FAZ	Mit den sozialen Beziehungen zu Ihren Vorgesetzten.	Von links nach rechts 1 sehr unzufrieden 2 unzufrieden 3 eher unzufrieden 4 eher zufrieden 5 zufrieden 6 sehr zufrieden	Soziale Unterstützung (Bengel & Lyssenko, 2012)
Externe Ressource	10 FAZ	Mit den sozialen Beziehungen zu Ihren Arbeitskollegen und Arbeitskolleginnen.	Von links nach rechts 1 sehr unzufrieden 2 unzufrieden 3 eher unzufrieden 4 eher zufrieden 5 zufrieden 6 sehr zufrieden	Soziale Unterstützung (Bengel & Lyssenko, 2012)
Interne Anforderung	11 FAZ	Mit der zeitlichen Regelung Ihrer Arbeit.	Von links nach rechts 1 sehr unzufrieden 2 unzufrieden 3 eher unzufrieden 4 eher zufrieden 5 zufrieden 6 sehr zufrieden	Arbeitszeit
Anweisung		Bitte geben Sie an, wie oft folgendes im Lehrbetrieb eintritt.		
Interne Anforderung	Eigenes Item	Pausen werden bei uns eingehalten.	Von links nach rechts 1 nie 2 selten 3 manchmal 4 ziemlich oft 5 meistens 6 immer	Arbeitszeit
	Allg. psychische Gesundheit Morfeld, Kirchberger & Bulinger (2011) SF - 36	Diese Daten werden erfasst zur Beurteilung des momentanen psychischen Gesundheitszustands.		Beantwortung der Frage nach dem aktuellen IST-Zustand. - Vitalität - Psychisches Wohlbefinden
Anweisung		Bitte geben Sie an wie häufig Sie sich in den letzten 4 Wochen so gefühlt haben.		

Interne Anforderung	9a	Wie oft waren Sie in den vergangenen 4 Wochen voller Schwung?	Von links nach rechts 1 nie 2 selten 3 manchmal 4 ziemlich oft 5 meistens 6 immer	Psychische Gesundheit
Externe Anforderung	9b	Wie oft waren Sie in den vergangenen 4 Wochen sehr nervös?	Von links nach rechts 1 nie 2 selten 3 manchmal 4 ziemlich oft 5 meistens 6 immer	Angst vor Misserfolg
Interne Anforderung	9c	Wie oft waren Sie in den vergangenen 4 Wochen so niedergeschlagen, dass Sie nicht mehr aufheitern konnte?	Von links nach rechts 1 nie 2 selten 3 manchmal 4 ziemlich oft 5 meistens 6 immer	Innerer Rückzug
Interne Anforderung	9d	Wie oft waren Sie in den vergangenen 4 Wochen ruhig und gelassen?	Von links nach rechts 1 nie 2 selten 3 manchmal 4 ziemlich oft 5 meistens 6 immer	Präventives Verhalten
Interne Ressource	9e	Wie oft waren Sie in den vergangenen 4 Wochen voller Energie?	Von links nach rechts 1 nie 2 selten 3 manchmal 4 ziemlich oft 5 meistens 6 immer	Präventives Verhalten
Externe Anforderung	9f	Wie oft waren Sie in den vergangenen 4 Wochen entmutigt und traurig?	Von links nach rechts 1 nie 2 selten 3 manchmal	Innerer Rückzug

			4 ziemlich oft 5 meistens 6 immer	
Externe Anforderung	9g	Wie oft waren Sie in den vergangenen 4 Wochen erschöpft?	Von links nach rechts 1 nie 2 selten 3 manchmal 4 ziemlich oft 5 meistens 6 immer	Überforderung
Interne Ressource	9h	Wie oft waren Sie in den vergangenen 4 Wochen glücklich?	Von links nach rechts 1 nie 2 selten 3 manchmal 4 ziemlich oft 5 meistens 6 immer	Psychische Gesundheit
Externe Anforderung	9i	Wie oft waren Sie in den vergangenen 4 Wochen müde?	Von links nach rechts 1 nie 2 selten 3 manchmal 4 ziemlich oft 5 meistens 6 immer	Fehlende Entspannung
	Dank	Sie haben den Fragebogen fertig gemacht. Vielen Dank!		
Filterfrage	Verlosung	Möchten Sie an der Verlosung teilnehmen und einen Konsumationsgutschein gewinnen?	Dropdown: <input type="radio"/> Ja <input type="radio"/> Nein	
Diese Frage nur stellen, wenn bei der Frage «Verlosung» mit «Ja» geantwortet wurde.	Adresse	Bitte geben Sie Ihre E-Mail-Adresse bekannt, damit Sie für den Gewinn benachrichtigt werden können. Diesen Daten werden ausschliesslich zum Versand des Gewinns verwendet.	E-Mail-Adresse: <i>offenes Antwortfeld</i>	
	Abschluss	Vielen Dank!		

		Falls noch Fragen offen sein sollten oder Sie ein Feedback zur Umfrage geben wollen, können Sie sich an [REDACTED] wenden. Herzlichen Dank und alles Gute.
--	--	---

Reminder / Montag, 28. November 2022

Liebe Lernende des Kantonsspital St. Gallen

Sie haben am 23. November 2022 eine Einladung zur Teilnahme an einer Online-Umfrage zur psychischen Gesundheit erhalten. Heute möchte ich Sie gerne daran erinnern, dass jeder ausgefüllte Fragebogen weiterhilft. Falls Sie noch nicht die Gelegenheit genutzt haben einen Konsumationsgutschein zu gewinnen, lesen Sie bitte weiter. Vielleicht erinnern Sie sich? Das Ziel der Umfrage ist, die Bedürfnisse und den Handlungsbedarf im Bereich der psychischen Gesundheit von Lernenden am Kantonsspital St. Gallen zu erfassen. Daraus sollen konkrete Handlungsempfehlungen ausgearbeitet werden. Die Umfrage dauert circa 10 bis 20 Minuten. Die Auswertung erfolgt **anonym** und die Daten werden vertraulich behandelt. Die Teilnahme ist jedoch absolut **freiwillig**. Ich bitte Sie, die Umfrage bis am **30. November 2022** zu bearbeiten.

Unter allen Teilnehmenden werden drei Konsumationsgutscheine für das Restaurant vitamin am Kantonsspital St. Gallen verlost.

VIEL GLUCK!

Allfällige Fragen dürfen gerne an folgende E-Mail-Adresse gesendet werden: [REDACTED]

Herzlichen Dank!

Freundliche Grüsse Sanja Breu

Item Begründung

Soziodemografische Angaben: Es wurden Daten zu Beruf, Lehrjahr, Geschlecht und Wohnsituation erhoben. Die Lehrjahre wurden zur besseren statistischen Auswertung teilweise in zwei Gruppen [1. – 2. und 3. – 4. Lehrjahr] unterteilt.

Stress: Um das Stresserleben der Lernenden zu erfassen, wurden sechs Items der Juvenir-Studie 4.0 (Güntzer, 2015) der Jacobs Foundation übernommen. Diese führte repräsentative Studienreihen durch und befragte 1238 Jugendliche in der Schweiz zum Thema Stress und Leistungsdruck. Für die vorliegende Arbeit wurde der Stress und der Umgang damit, anhand des vierstufigen Antwortformats der Juvenir-Studie 4.0 erfasst. Konkret wurden Subfragen zum Item *«Es gibt verschiedene Möglichkeiten, mit Stress und Leistungsdruck umzugehen. Was davon trifft auf Sie zu?»* übernommen. Eine Subfrage, die den Grad der Zustimmung erfragt, lautet: *Ich nehme mir trotz Druck bewusst Zeit für andere Aktivitäten, wie Ausgang oder Hobbys.* Die Antwortmöglichkeiten von *trifft voll und ganz zu* bis *trifft überhaupt nicht zu* wurden übernommen. (Güntzer, 2015)

Die aus der Juvenir-Studie 4.0 übernommenen Items sind einfach und klar strukturiert und auf die Altersstufe der Lernenden zugeschnitten. Zusätzlich zu den Items der Juvenir Studie wurden die Lernenden gebeten, verschiedene Stressoren in eine Rangreihe zu bringen. Dafür wurden häufige Stressoren als Antwortmöglichkeiten angegeben. Mögliche Stressoren waren Zeitmangel, hohe Erwartungen der unterschiedlichen Bezugspersonen oder die Berufsschule. (Güntzer, 2015)

Psychische Gesundheit von Lernenden: Die Psychische Gesundheit in der Lehre wurde anhand von neuen eigenen Items erhoben und hatte zum Ziel, den Ist-Zustand und die Wünsche der Lernenden zu erheben. Dabei wurde der Grad der Zustimmung auf einer vierstufigen Skala von *trifft voll und ganz zu* bis *trifft überhaupt nicht zu* abgefragt. Die Items zielten ab auf die Indikatoren soziale Unterstützung *Mein Berufsbildner/ meine Berufsbildnerin nimmt mich ernst*, äussere Lebensbedingungen *Bei uns wird allgemein Wert auf Erholung gelegt und aktive Teilnahme an Gesundheitsförderung* *Psychische Gesundheit wird in meinem Lehrbetrieb thematisiert.* Somit wurden in diesem Abschnitt die externen Ressourcen thematisiert.

Des Weiteren verfügt dieser Abschnitt über die Frage *Welche Angebote im Bereich psychische Gesundheit und Wohlbefinden kennen Sie vom Kantonsspital St. Gallen?* Dabei waren Mehrfachnennungen möglich. In einem weiteren Item *«Was wünschen Sie sich vom Kantonsspital St. Gallen zur Unterstützung Ihres psychischen Wohlbefindens?»* hatten die Teilnehmenden die Möglichkeit, in einem offenen Antwortformat zu antworten.

Arbeitszufriedenheit: Die Arbeitszufriedenheit wurde mit Items aus dem Fragebogen zu Formen der Arbeitszufriedenheit [FAZ] (Iwanowa, 2007) erhoben. Arbeitszufriedenheit korreliert stark mit der psychischen Gesundheit einer Person, da ein Grossteil des Tages im Berufsleben verbracht wird und deshalb einen starken Einfluss auf das Wohlbefinden hat. Die Fragen beziehen sich auf interne und externe Anforderungen und sind als Subfragen gegliedert.

Die Subfragen gehen auf Themenbereiche ein, welche die psychische Gesundheit von Lernenden beeinflussen. Partizipation wird beispielsweise mit dem Item «*Mit den Möglichkeiten, Ihre Arbeit selbstständig zu planen, vorzubereiten, zu organisieren und zu kontrollieren?*» gemessen. Die Zufriedenheit mit dem Arbeitsinhalt wird mit dem Item «*Mit den Möglichkeiten, das Gelernte bei der Arbeit anzuwenden?*» erhoben. Die Zufriedenheit im Zusammenhang mit den Entwicklungsaufgaben wird beispielsweise in Bezug auf das Aufbauen neuer sozialer Beziehungen «*Wie zufrieden sind Sie mit den sozialen Beziehungen zu Ihren Arbeitskollegen und Arbeitskolleginnen?*» erarbeitet. Das sechsstufige Antwortformat reicht von *sehr zufrieden* bis *sehr unzufrieden* und wurde aus dem Original übernommen. Anhand des Items «*Pausen werden bei uns eingehalten.*» wird überprüft, inwiefern das Gesetz der Pausenzeiten für Lernende eingehalten wird. Zudem wurde auf die externe Ressource der sozialen Unterstützung eingegangen. Dafür wurde das sechsstufige Antwortformat von *immer* bis *nie* des SF-36 (Morfeld et al. 2011) verwendet.

Allgemeine psychische Gesundheit: Für die Online-Befragung wurden aus dem Buch «*SF-36 Fragebogen zu Gesundheitszustand*» (Morfeld et al., 2011) die insgesamt neun Items aus den Subskalen «*Vitalität*» und «*psychisches Wohlbefinden*» übernommen. Diese werden zusammen mit zwei weiteren Subskalen der Summenskala «*Psychische Gesundheit*» zugordnet. Die sechsstufige Antwortskala von SF-36 (Morfeld et al., 2011) reicht von eins *immer* bis sechs *nie*.

Auswertung quantitative Online-Befragung

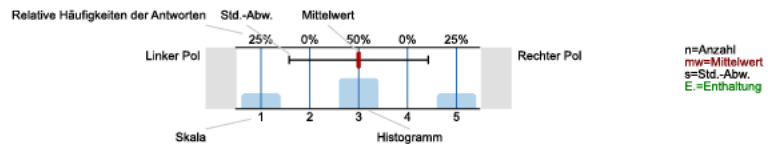
HR_Gesundheit Lern

HR_Gesundheit Lern
HR Gesundheit Lernende
Erfasste Fragebögen = 22

Auswertungsteil der geschlossenen Fragen

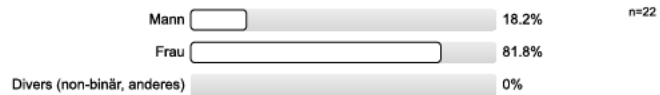
Legende

Frage**text**



1. Soziodemografische Angaben

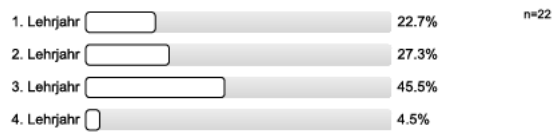
1.1) Wer sind Sie?



1.2) Welchen Beruf erlernen Sie?



1.3) In welchem Lehrjahr befinden Sie sich zurzeit?

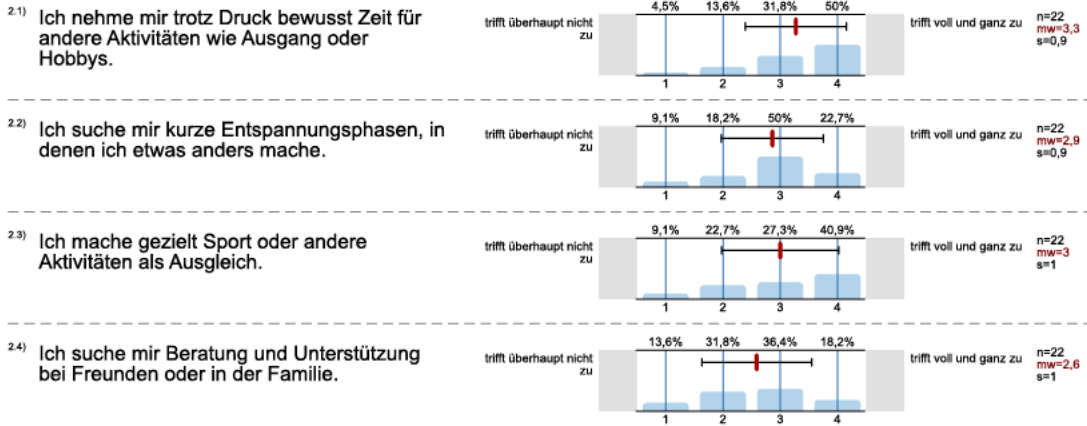


1.4) Wo wohnen Sie zurzeit?

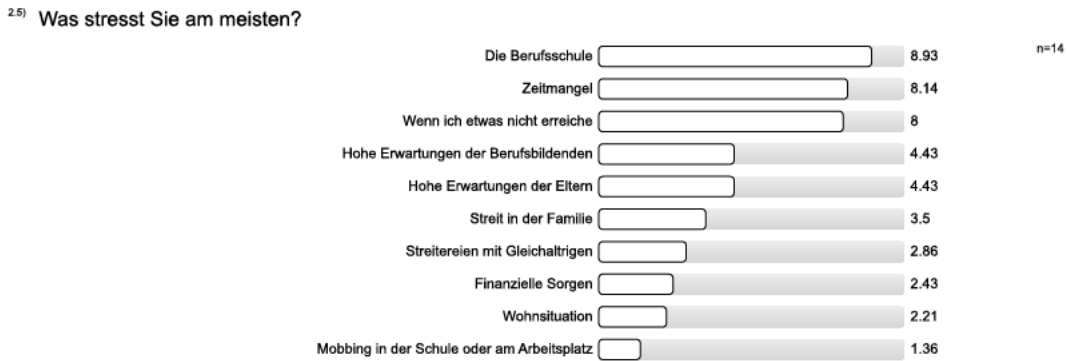


2. Stress

Bitte geben Sie an wie stark die Aussagen auf Sie zutreffen.
Es gibt verschiedene Möglichkeiten mit Stress und Leistungsdruck umzugehen. Was trifft auf Sie zu?

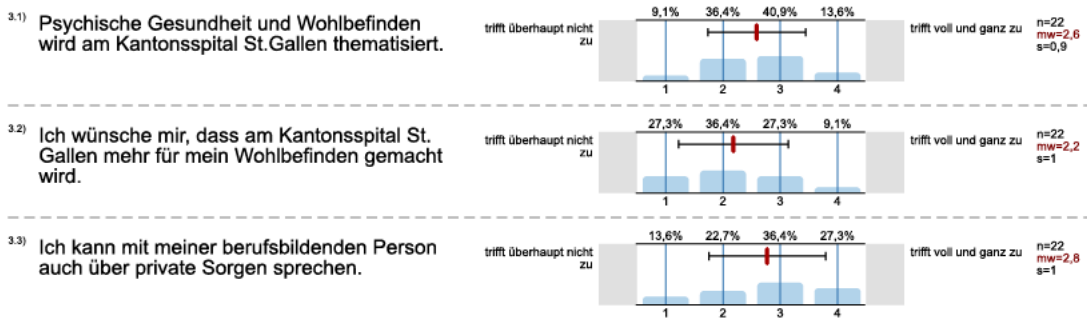


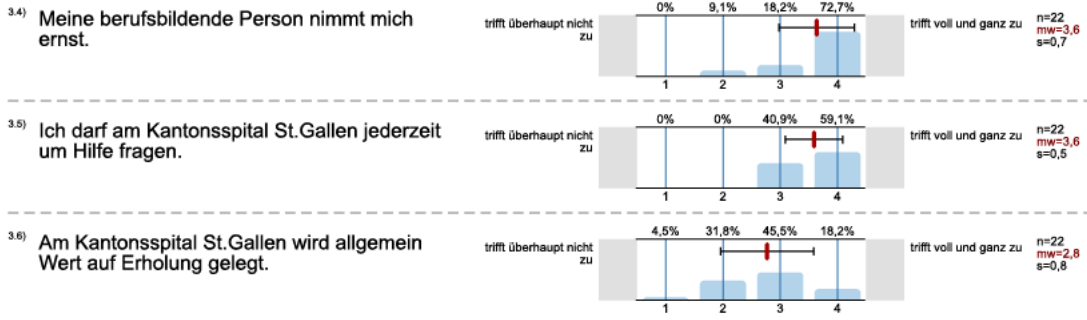
Bilden Sie eine Rangreihe, beginnend mit dem was Sie am meisten stresst:



3. Psychische Gesundheit von Lernenden

Bitte geben Sie an, wie stark folgende Aussagen auf Sie zutreffen.
Begriffserklärung Unter berufsbildender Person bzw. Berufsbildnerin und Berufsbildner wird die Person gemeint, die Sie in der Praxis ausbildet und begleitet.





Bitte nennen Sie alle Angebote:

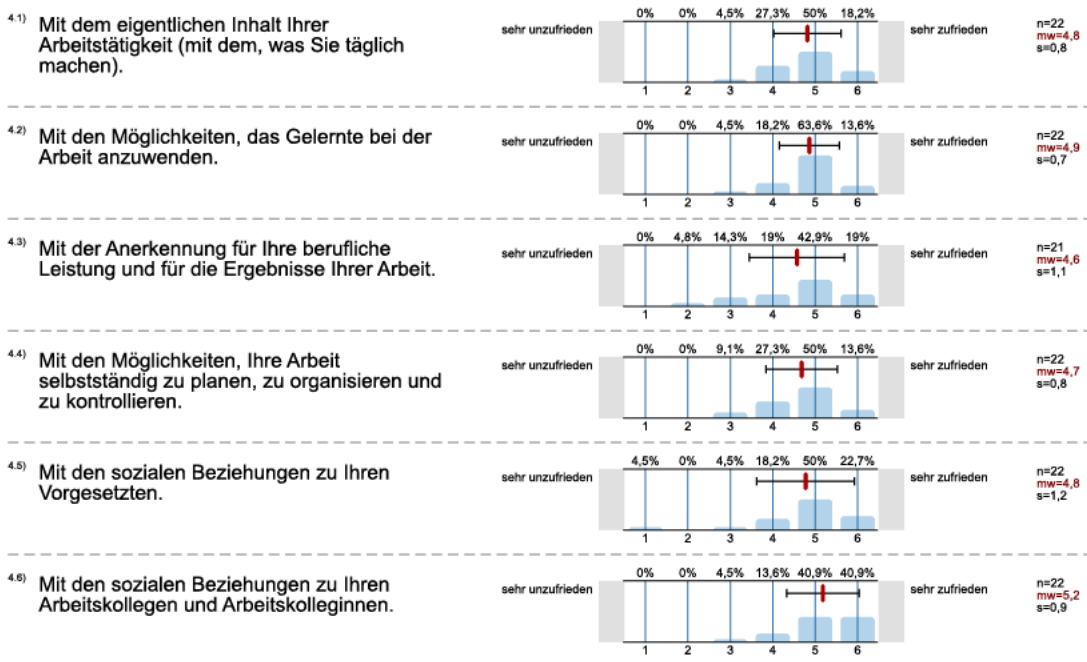
3.7) Welche Angebote im Bereich psychische Gesundheit und Wohlbefinden kennen Sie vom Kantonsspital St.Gallen?



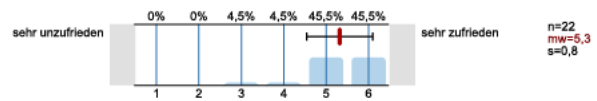
Bitte formulieren Sie frei eine Antwort:

4. Arbeitszufriedenheit

Bitte geben Sie an, wie zufrieden Sie mit folgenden Merkmalen sind:

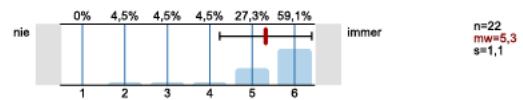


4.7) Mit der zeitlichen Regelung Ihrer Arbeit.



Bitte geben Sie an, wie oft folgendes im Lehrbetrieb eintrifft.

4.8) Pausen werden bei uns eingehalten.

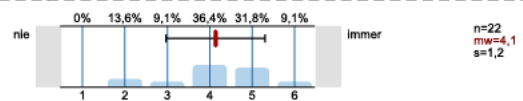


5. Allgemeine psychische Gesundheit

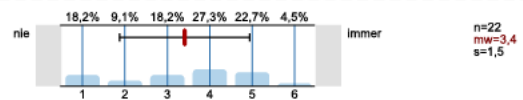
Diese Daten werden erfasst zur Beurteilung des momentanen psychischen Gesundheitszustands.

Bitte geben Sie an wie häufig Sie sich in den letzten 4 Wochen so gefühlt haben:

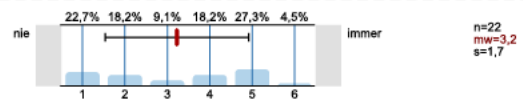
5.1) Wie oft waren Sie in den vergangenen 4 Wochen voller Schwung?



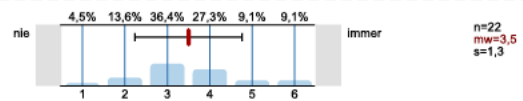
5.2) Wie oft waren Sie in den vergangenen 4 Wochen sehr nervös?



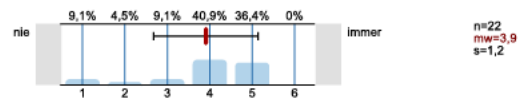
5.3) Wie oft waren Sie in den vergangenen 4 Wochen so niedergeschlagen, dass Sie nichts mehr aufheitern konnte?



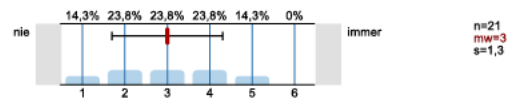
5.4) Wie oft waren Sie in den vergangenen 4 Wochen ruhig und gelassen?



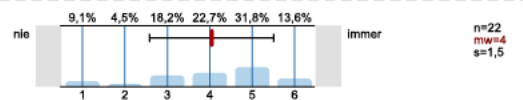
5.5) Wie oft waren Sie in den vergangenen 4 Wochen voller Energie?



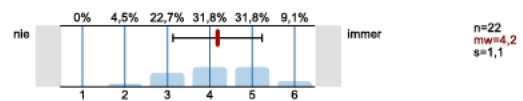
5.6) Wie oft waren Sie in den vergangenen 4 Wochen entmutigt und traurig?



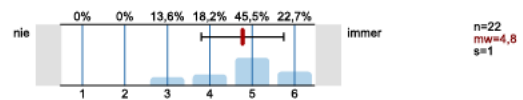
5.7) Wie oft waren Sie in den vergangenen 4 Wochen erschöpft?



5.8) Wie oft waren Sie in den vergangenen 4 Wochen glücklich?

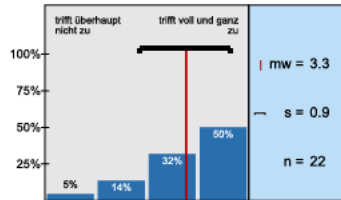


5.9) Wie oft waren Sie in den vergangenen 4 Wochen müde?

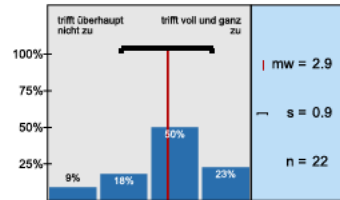


Histogramme zu den Skalafragen

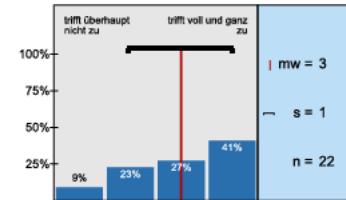
Ich nehme mir trotz Druck bewusst Zeit für andere Aktivitäten wie Ausgang oder Hobbys.



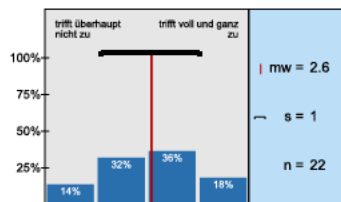
Ich suche mir kurze Entspannungsphasen, in denen ich etwas anders mache.



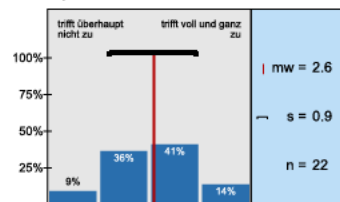
Ich mache gezielt Sport oder andere Aktivitäten als Ausgleich.



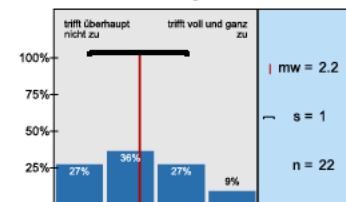
Ich suche mir Beratung und Unterstützung bei Freunden oder in der Familie.



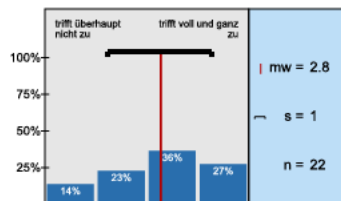
Psychische Gesundheit und Wohlbefinden wird am Kantonsspital St.Gallen thematisiert.



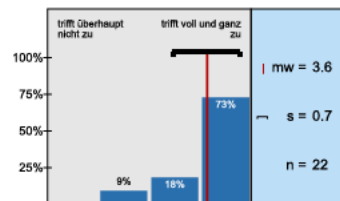
Ich wünsche mir, dass am Kantonsspital St.Gallen mehr für mein Wohlbefinden gemacht wird.



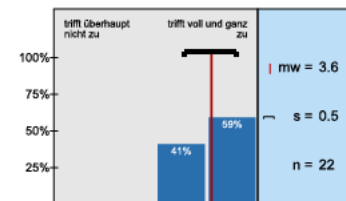
Ich kann mit meiner berufsbildenden Person auch über private Sorgen sprechen.



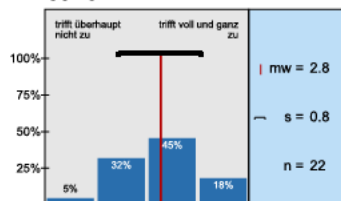
Meine berufsbildende Person nimmt mich ernst.



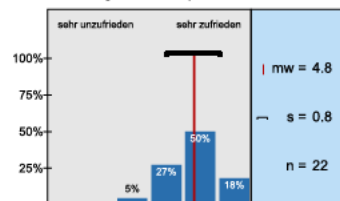
Ich darf am Kantonsspital St.Gallen jederzeit um Hilfe fragen.



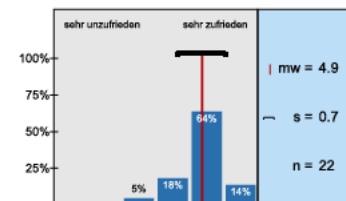
Am Kantonsspital St.Gallen wird allgemein Wert auf Erholung gelegt.



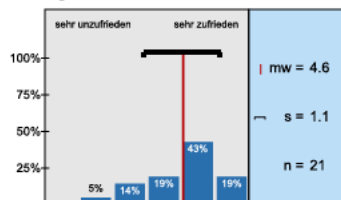
Mit dem eigentlichen Inhalt Ihrer Arbeitstätigkeit (mit dem, was Sie täglich machen).



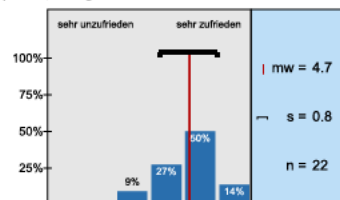
Mit den Möglichkeiten, das Gelernte bei der Arbeit anzuwenden.



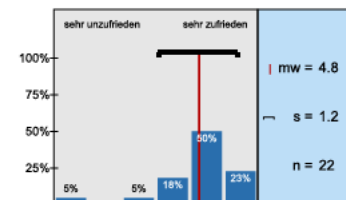
Mit der Anerkennung für Ihre berufliche Leistung und für die Ergebnisse Ihrer Arbeit.



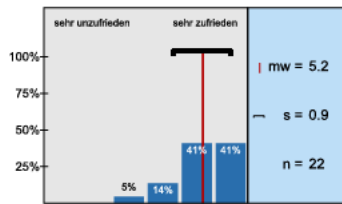
Mit den Möglichkeiten, Ihre Arbeit selbstständig zu planen, zu organisieren und zu kontrollieren.



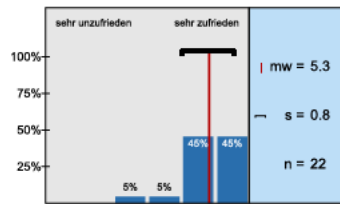
Mit den sozialen Beziehungen zu Ihren Vorgesetzten.



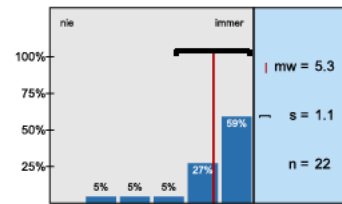
Mit den sozialen Beziehungen zu Ihren Arbeitskollegen und Arbeitskolleginnen.



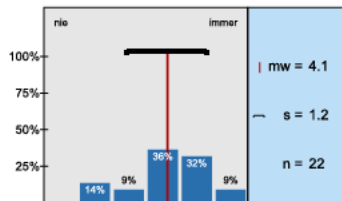
Mit der zeitlichen Regelung Ihrer Arbeit.



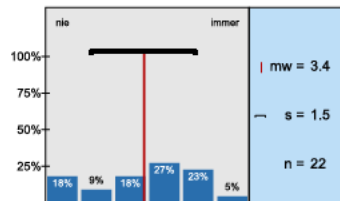
Pausen werden bei uns eingehalten.



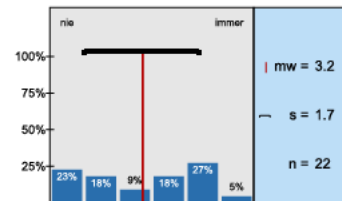
Wie oft waren Sie in den vergangenen 4 Wochen voller Schwung?



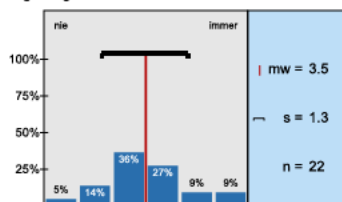
Wie oft waren Sie in den vergangenen 4 Wochen sehr nervös?



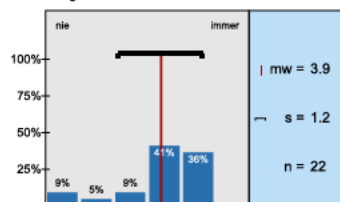
Wie oft waren Sie in den vergangenen 4 Wochen so niedergeschlagen, dass Sie nichts mehr aufheilmern?



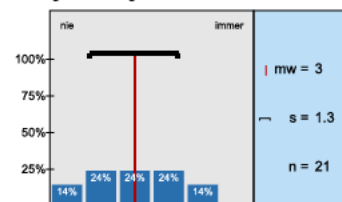
Wie oft waren Sie in den vergangenen 4 Wochen ruhig und gelassen?



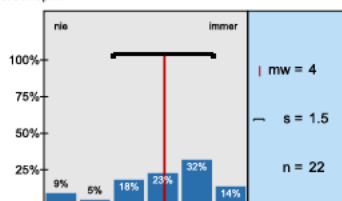
Wie oft waren Sie in den vergangenen 4 Wochen voller Energie?



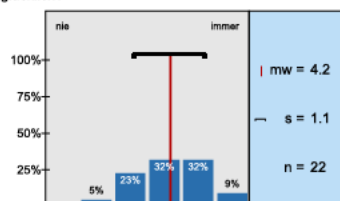
Wie oft waren Sie in den vergangenen 4 Wochen entmutigt und traurig?



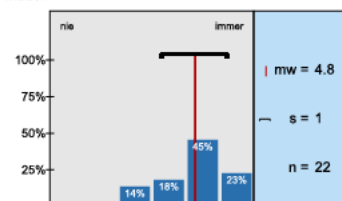
Wie oft waren Sie in den vergangenen 4 Wochen erschöpft?



Wie oft waren Sie in den vergangenen 4 Wochen glücklich?



Wie oft waren Sie in den vergangenen 4 Wochen müde?

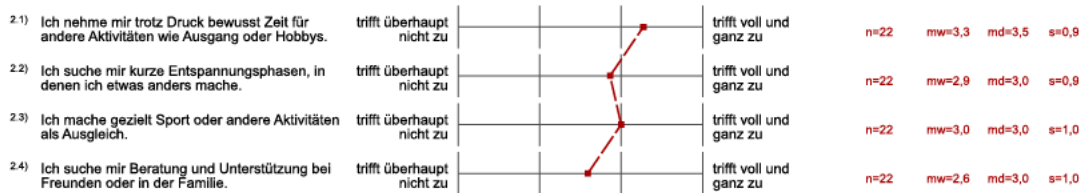


Profilinie

Teilbereich: HR
 Name des Projekts: HR Gesundheit Lernende (.)
 Titel des Themas: HR_Gesundheit Lern
 (Name der Umfrage)

Verwendete Werte in der Profillinie: Mittelwert

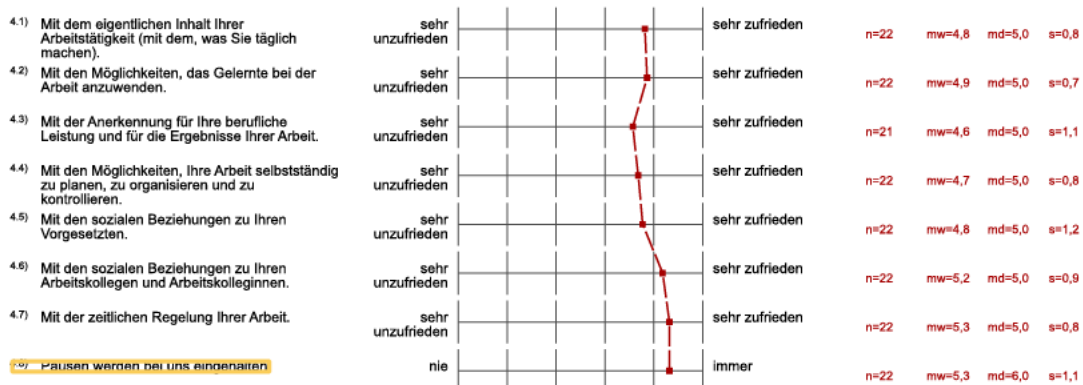
2. Stress



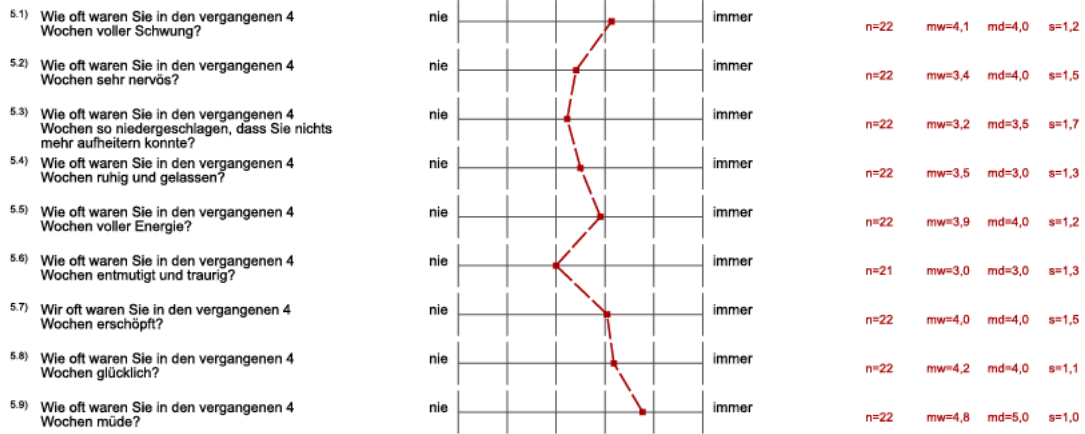
3. Psychische Gesundheit von Lernenden



4. Arbeitszufriedenheit



5. Allgemeine psychische Gesundheit



Auswertungsteil der offenen Fragen

2. Stress

2⁸⁾ Gibt es noch etwas, was Sie stresst und oben nicht aufgelistet ist?

- -
- Arbeit
- Beim 1. keine Streitigkeiten sondern die Älteste zu sein in der Familie und ganze Verantwortung zu übernehmen gegenüber Geschwister wie teils auch Eltern
- Druck
- Ich habe keinen stress :)
- Nein
- Streitereien im Betrieb

3. Psychische Gesundheit von Lernenden

3⁸⁾ Sonstiges

- - (2 Nennungen)
- Austausch zwischen Lernenden
- Das wird nicht thematisiert bei einem Gespräch mit der Auszubildnerin
- Einige der oben genannten Angebote werden jedoch nicht oder unregelmässig durchgeführt.
- Sie geben mir die Zeit, die ich für meine Therapien benötige.
- allenfalls angebotene Kurse (Yoga, Gesundheitskurse...)

3⁹⁾ Was wünschen Sie sich vom Kantonsspital St.Gallen zur Unterstützung Ihres psychischen Wohlbefindens?

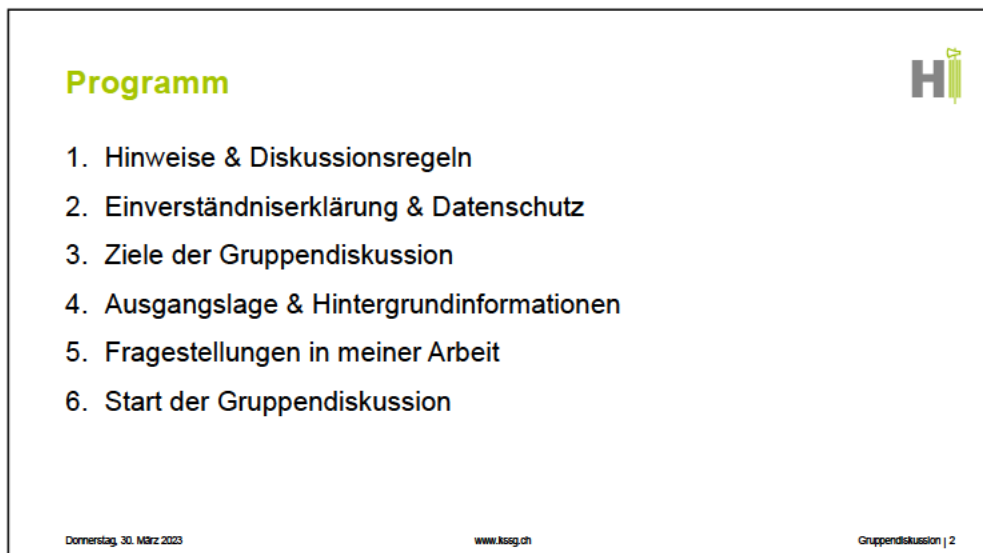
- - Mehr Kontakt mit allen Lernenden
- Das Sie mir weiterhin Zeit für meine Therapien geben.
- Eine Person die so wie ein Therapeut ist für die Lernende. wo man auch telefonisch besprechen kann
- Eine Schulung in der man informiert wird wie man seine psyche pflegen kann.
- Ich erwarte das die Ausbildner für die Auszubildenden mehr auf die psychische Belastbarkeit der Lernenden achten. Nach meiner Erfahrung sind sie diesbezüglich zu wenig "ausgebildet" sprich über das Thema informiert. Meiner Meinung nach finde ich es sehr wichtig als Lernende im KSSG das die Ausbildner öfters auf die Lernenden zugehen sollten und fragen was sie belastet. Leider bin ich einer von den Lernenden die weniger von diesem Glück "die Ausbildnerin auch als gute Freundin zu sehen" bekommen hat
- Ich fände es cool, wenn ich mal alle Lernende aus dem 1. Lehrjahr vom KV kennenlerne. Das könnte zum Beispiel eine gemeinsame Zünipause oder ein Zmittag sein.
- Ich habe mir noch nie wirklich Gedanken dazu gemacht und mir ist ebenfalls nichts negatives aufgefallen. Ich wünsche mir deshalb nichts weiteres, was mir zur psychischen Unterstützung hilft. :)
- Im Moment fühle ich mich ausreichend unterstützt.
- Lernende Ausflüge/Aktivitäten - man kennt sich unter den Lehrjahren kaum
- Nichts. Ich habe privat genug Hilfe und der Arbeitgeber ist nicht dafür verantwortlich
- Supervisionen
- das man mehr mit den anderen Lernenden zu tun hat und sich besser kennenlernt.

10.4 Anhang D: Unterlagen der qualitativen Forschungsmethode

Leitfaden der qualitativen Gruppendiskussion



1



2



Hinweise & Diskussionsregeln



- Alle Meinungen und Ideen sind für mich von grosser Bedeutung
- Es gibt kein Richtig oder Falsch
- Alle Äusserungen werden vertraulich behandelt
- Bitte gegenseitig ausreden lassen und Meinungen respektieren
- Schön wär ein offenes Gespräch und Gedankenaustausch

Donnerstag, 30. März 2023

www.kssg.ch

Gruppendiskussion | 3

3

Einverständniserklärung & Datenschutz



- Diskussion wird aufgezeichnet (Audio und Video)
 - Aufzeichnungen werden nach der Transkription wieder gelöscht
 - Daten werden bei der Auswertung anonymisiert
- Bitte nachher die **Einverständniserklärung** unterschreiben

Donnerstag, 30. März 2023

www.kssg.ch

Gruppendiskussion | 4

4



Ziele der Gruppendiskussion



- Ergebnisse aus der zuvor durchgeführten Online-Umfrage mit den Lernenden des KSSG diskutieren
- Aspekte der psychischen Gesundheit bzw. den Handlungsbedarf vertiefen

Donnerstag, 30. März 2023

www.kssg.ch

Gruppendiskussion | 5

5

Ausgangslage & Hintergrundinformationen



- Jugendalter als eine stressexponierte Lebensphase
 - Mit «Generation KSSG» ist ein zugeschnittenes Programm für Lernende vorhanden
 - Fehlender Input zur psychischen Gesundheit
- Ziel der Arbeit: Aufzuzeigen, wo sinnvoll angesetzt werden kann, um die psychische Gesundheit der Lernenden nachhaltig zu verbessern

Donnerstag, 30. März 2023

www.kssg.ch

Gruppendiskussion | 6

6



Fragestellungen in meiner Arbeit



Welche Themen der psychischen Gesundheit sind für Lernende des KSSG (ausgenommen FaGe) relevant?

Subfragen:

Welchen psychischen Belastungen sind die Lernende am Kantonsspital St. Gallen gemäss ihrer eigenen Einschätzung zurzeit primär ausgesetzt?

In welchem Bereich der psychischen Gesundheit sehen die Multiplikatorinnen und Multiplikatoren der Lernenden des Kantonsspital St. Gallen den grössten Handlungsbedarf?

Donnerstag, 30. März 2023

www.kssg.ch

Gruppendiskussion | 7

7



Start der Gruppendiskussion

Beginn der Aufzeichnung

Donnerstag, 30. März 2023

www.kssg.ch

Gruppendiskussion | 8

8



Diskussionsfrage 1



Wie schätzen Sie die allgemeine psychische Gesundheit der Lernenden am KSSG ein?

Donnerstag, 30. März 2023

www.kssg.ch

Gruppendiskussion | 9

9

Diskussionsfrage 2



In welchem Bereich der psychischen Gesundheit sehen Sie bei den Lernenden des KSSG den grössten Handlungsbedarf? (mögliche Ansatzpunkte)

Donnerstag, 30. März 2023

www.kssg.ch

Gruppendiskussion | 10

10



Diskussionsfrage 3



Ergebnis der Online-Umfrage: 68% der Lernenden geben an, sich *meistens* oder *immer* müde zu fühlen. Zudem fühlen sich mehr als die Hälfte der Teilnehmenden (69%) *immer*, *meistens* oder *ziemlich oft* erschöpft.

Welche Erfahrungen machen Sie mit dem Thema Müdigkeit / Erschöpfung bei den Lernenden?

Donnerstag, 30. März 2023

www.kssg.ch

Gruppendiskussion | 11

11

Diskussionsfrage 5



Wo sehen Sie Hürden oder Bedenken bezüglich der Akzeptanz der Thematik (psychische Gesundheit) bei den Lernenden?

Donnerstag, 30. März 2023

www.kssg.ch

Gruppendiskussion | 12

12



Diskussionsfrage 6



Was denken Sie, weshalb ein grosser Teil der Lernenden auf die Teilnahme an der Online-Umfrage verzichtet hat?

Donnerstag, 30. März 2023

www.kssg.ch

Gruppendiskussion | 13

13

Schlussrunde



Gibt es Ergänzungen zur Diskussion?
Wurde ein wichtiger Aspekt noch nicht angesprochen?

Donnerstag, 30. März 2023

www.kssg.ch

Gruppendiskussion | 14

14



Einverständniserklärung zur Gruppendiskussion



Einverständniserklärung zur Gruppendiskussion

Betreffende Arbeit: Bachelorarbeit zum Thema psychische Gesundheit der Lernenden am Kantonsspital St. Gallen

Autorin: Sanja Breu

Ich erkläre mich dazu bereit, im Rahmen der genannten Arbeit an der Gruppendiskussion teilzunehmen. Ich wurde über das Ziel und den Verlauf der Arbeit informiert.

Ich bin damit einverstanden, dass die Gruppendiskussion mit einem Aufnahmegerät aufgezeichnet und durch Sanja Breu in Schreibform gebracht wird. Die Audiodatei wird zum Projektende am **5. Mai 2023** gelöscht. Das Transkript wird anonymisiert, d.h. ohne Namen und Personenangaben gespeichert.

Ich bin damit einverstanden, dass einzelne Sätze aus dem Transkript, die nicht mit meiner Person in Verbindung gebracht werden können, als Material für die genannte Arbeit verwendet werden kann.

Meine Teilnahme an der Erhebung und meine Zustimmung zur Verwendung der Daten, wie oben beschrieben, sind freiwillig. Ich habe jederzeit die Möglichkeit, meine Zustimmung zu widerrufen.

Unter diesen Bedingungen erkläre ich mich bereit, an der Gruppendiskussion teilzunehmen, und bin damit einverstanden, dass es aufgezeichnet, verschriftlicht, anonymisiert und ausgewertet wird.

Ort, Datum, Unterschrift

Transkript der qualitative Gruppendiskussion

Gruppendiskussion zum Thema

«Psychische Gesundheit der Lernenden am Kantonsspital St. Gallen»

Befragungsdatum	16. Januar 2023
Name Transkriptorin	Sanja Breu
Name Moderatorin	Sanja Breu
Anzahl der befragten Personen	7
Liste der Kürzel für Befragung siehe Protokoll	M = Moderatorin B = Befragte B1, B2, B3, B4, B5, B6, B7

Laufende Nr. Sprecher	Inhalt und Frage	Zeitstempel
█	█	
█	█ █ █ █ █ █ █ █ █ █ █ █	
█	█ █	
█	█ █ █ █ █ █ █ █ █ █	█
█	█	█
█	█ █ █ █ █ █ █ █ █ █ █	

	[REDACTED]	
■	[REDACTED]	■
■	[REDACTED]	■
■	[REDACTED]	■
■	[REDACTED]	■
■	[REDACTED]	■

	[REDACTED]	
■	[REDACTED]	■
■	[REDACTED]	■
■	[REDACTED]	■
■	[REDACTED]	■

	[Redacted text]	
■	[Redacted text]	■
■	[Redacted text]	■
■	[Redacted text]	■
■	[Redacted text]	■
■	[Redacted text]	■
■	[Redacted text]	■

	[REDACTED]	
■	[REDACTED]	■
■	[REDACTED]	■
■	[REDACTED]	■
■	[REDACTED]	■

	[REDACTED]	
■	[REDACTED]	■
■	[REDACTED]	■
■	[REDACTED]	■

	[REDACTED]	
■	[REDACTED]	■
■	[REDACTED]	■
■	[REDACTED]	■
■	[REDACTED]	■
■	[REDACTED]	■
■	[REDACTED]	■
■	[REDACTED]	■
■	[REDACTED]	■
■	[REDACTED]	■
■	[REDACTED]	■
■	[REDACTED]	■
■	[REDACTED]	■
■	[REDACTED]	■
■	[REDACTED]	■
■	[REDACTED]	■
■	[REDACTED]	■
■	[REDACTED]	■
■	[REDACTED]	■
■	[REDACTED]	■

	[REDACTED]	
■	[REDACTED]	■
■	[REDACTED]	■
■	[REDACTED]	■
■	[REDACTED]	■

	[REDACTED]	
■	[REDACTED]	■
■	[REDACTED]	■
■	[REDACTED]	■
■	[REDACTED]	■
■	[REDACTED]	■
■	[REDACTED]	■
■	[REDACTED]	■
■	[REDACTED]	■
■	[REDACTED]	■

	[REDACTED]	
■	[REDACTED]	■
■	[REDACTED]	
■	[REDACTED]	■
■	[REDACTED]	■
■	[REDACTED]	■
■	[REDACTED]	■
■	[REDACTED]	■
■	[REDACTED]	■
■	[REDACTED]	■
■	[REDACTED]	■
■	[REDACTED]	■
■	[REDACTED]	■
■	[REDACTED]	■
■	[REDACTED]	■
■	[REDACTED]	■
■	[REDACTED]	■
■	[REDACTED]	■
■	[REDACTED]	■
■	[REDACTED]	■

	[REDACTED]	
■	[REDACTED]	■
■	[REDACTED]	■
■	[REDACTED]	■

	<p>[REDACTED]</p>	
■	<p>[REDACTED]</p>	■
■	<p>[REDACTED]</p>	■
■	<p>[REDACTED]</p>	■

	<p>[REDACTED]</p>	
■	<p>[REDACTED]</p>	■
■	<p>[REDACTED]</p>	■

■	[REDACTED]	■
■	[REDACTED]	■
■	[REDACTED]	■
■	[REDACTED]	■
■	[REDACTED]	■

	<p>[REDACTED]</p>	
■	<p>[REDACTED]</p>	■
■	<p>[REDACTED]</p>	■
■	<p>[REDACTED]</p>	■
■	<p>[REDACTED]</p>	■
■	<p>[REDACTED]</p>	■

Kategoriensystem der Gruppendiskussion

Frage (Leitfaden)	Hauptkategorie	Definition	Ankerbeispiel
Wie schätzt Ihr die allgemeine psychische Gesundheit der Lernenden am KSSG ein?	Positive Einschätzung	Schätzen die psychische Gesundheit der Lernenden positiv ein	[Redacted]
Wie schätzt Ihr die allgemeine psychische Gesundheit der Lernenden am KSSG ein?	Negative Erfahrungen	Spricht über negative Erfahrungen in Bezug auf die psychische Gesundheit in der Vergangenheit	[Redacted]
Wie schätzt Ihr die allgemeine psychische Gesundheit der Lernenden am KSSG ein?	Psychische Gesundheit immer mehr ein Thema	Spricht über die Thematisierung von psychischer Gesundheit	[Redacted]
Wie schätzt Ihr die allgemeine psychische Gesundheit der Lernenden am KSSG ein?	Berufsbildende sind keine Psychologen	Spricht darüber das Berufsbildende keine Therapeuten sind und nicht wissen wie damit umgehen	[Redacted]
Wie schätzt Ihr die allgemeine psychische Gesundheit der Lernenden am KSSG ein?	Familiäre Belastungen	Spricht über familiäre Verhältnisse der Lernenden	[Redacted]
Wie schätzt Ihr die allgemeine psychische Gesundheit der Lernenden am KSSG ein?	Geschlechterunterschied	Spricht über den Geschlechterunterschied im Bereich psychische Gesundheit	[Redacted]
Wie schätzt Ihr die allgemeine psychische Gesundheit der Lernenden am KSSG ein?	Soziale Umgebung	Spricht über das soziale Umfeld und dessen Einfluss	[Redacted]
In welchem Bereich der psychischen Gesundheit sehen Sie bei den Lernenden des KSSG den grössten Handlungsbedarf?	Stress	Spricht über den Stress in Berufsschule und Betrieb	[Redacted]

In welchem Bereich der psychischen Gesundheit sehen Sie bei den Lernenden des KSSG den grössten Handlungsbedarf?	Nichtreden der Lernenden	Spricht über die Verschwiegenheit der Lernenden	[REDACTED]
In welchem Bereich der psychischen Gesundheit sehen Sie bei den Lernenden des KSSG den grössten Handlungsbedarf?	Kulturelle Unterschiede	Spricht über kulturelle Unterschiede	[REDACTED]
In welchem Bereich der psychischen Gesundheit sehen Sie bei den Lernenden des KSSG den grössten Handlungsbedarf?	Motivation	Spricht über die Motivation von Lernenden und dessen Auswirkungen	[REDACTED]
In welchem Bereich der psychischen Gesundheit sehen Sie bei den Lernenden des KSSG den grössten Handlungsbedarf?	Wertschätzung	Spricht über die Wertschätzung der Lernenden	[REDACTED]
In welchem Bereich der psychischen Gesundheit sehen Sie bei den Lernenden des KSSG den grössten Handlungsbedarf?	Verantwortung	Spricht über den Einfluss von Verantwortung	[REDACTED]
In welchem Bereich der psychischen Gesundheit sehen Sie bei den Lernenden des KSSG den grössten Handlungsbedarf?	Pubertät	Spricht über die Entwicklung eines Lernenden	[REDACTED]
In welchem Bereich der psychischen Gesundheit sehen Sie bei den Lernenden des KSSG den grössten Handlungsbedarf?	Lehrzeit ist keine leichte Zeit	Spricht über Herausforderungen der Lehrzeit	

In welchem Bereich der psychischen Gesundheit sehen Sie bei den Lernenden des KSSG den grössten Handlungsbedarf?	Sensibilisierung der Berufsbildenden	Spricht über die Aufgabe der Berufsbildenden	[Redacted]
In welchem Bereich der psychischen Gesundheit sehen Sie bei den Lernenden des KSSG den grössten Handlungsbedarf?	Unterschied Müdigkeit/ Erschöpfung	Spricht über den Unterschied zwischen Müdigkeit und Erschöpfung	[Redacted]
In welchem Bereich der psychischen Gesundheit sehen Sie bei den Lernenden des KSSG den grössten Handlungsbedarf?	Müdigkeit/ Erschöpfung	Spricht über Müdigkeit und Erschöpfung der Lernenden	[Redacted]
In welchem Bereich der psychischen Gesundheit sehen Sie bei den Lernenden des KSSG den grössten Handlungsbedarf?	Arbeitszufriedenheit	Spricht über Faktoren, welche die Arbeitszufriedenheit beeinflussen	[Redacted]
In welchem Bereich der psychischen Gesundheit sehen Sie bei den Lernenden des KSSG den grössten Handlungsbedarf?	Konsumverhalten	Spricht über das Konsumverhalten in der heutigen Zeit	[Redacted]
Wo sehen Sie Ihre Hürden oder Bedenken bezüglich der Akzeptanz der Thematik psychische Gesundheit?	Überthematization	Spricht über die Thematisierung von psychischer Gesundheit	[Redacted]
Wo sehen Sie Ihre Hürden oder Bedenken bezüglich der Akzeptanz der Thematik psychische Gesundheit?	Tiefe Rücklaufquote	Spricht über Gründe der tiefen Rücklaufquote	[Redacted]
Berufsbildende	Unterstützung der Berufsbildenden	Spricht über die Hilfe vom Unternehmen	[Redacted]

Berufsbildende	Erziehung	Spricht über die Erziehung von Lernenden	[REDACTED]
Berufsbildende	Grundhaltung	Spricht über die Grundhaltung der Berufsbildenden	[REDACTED]

Zitate zu den Kategorien

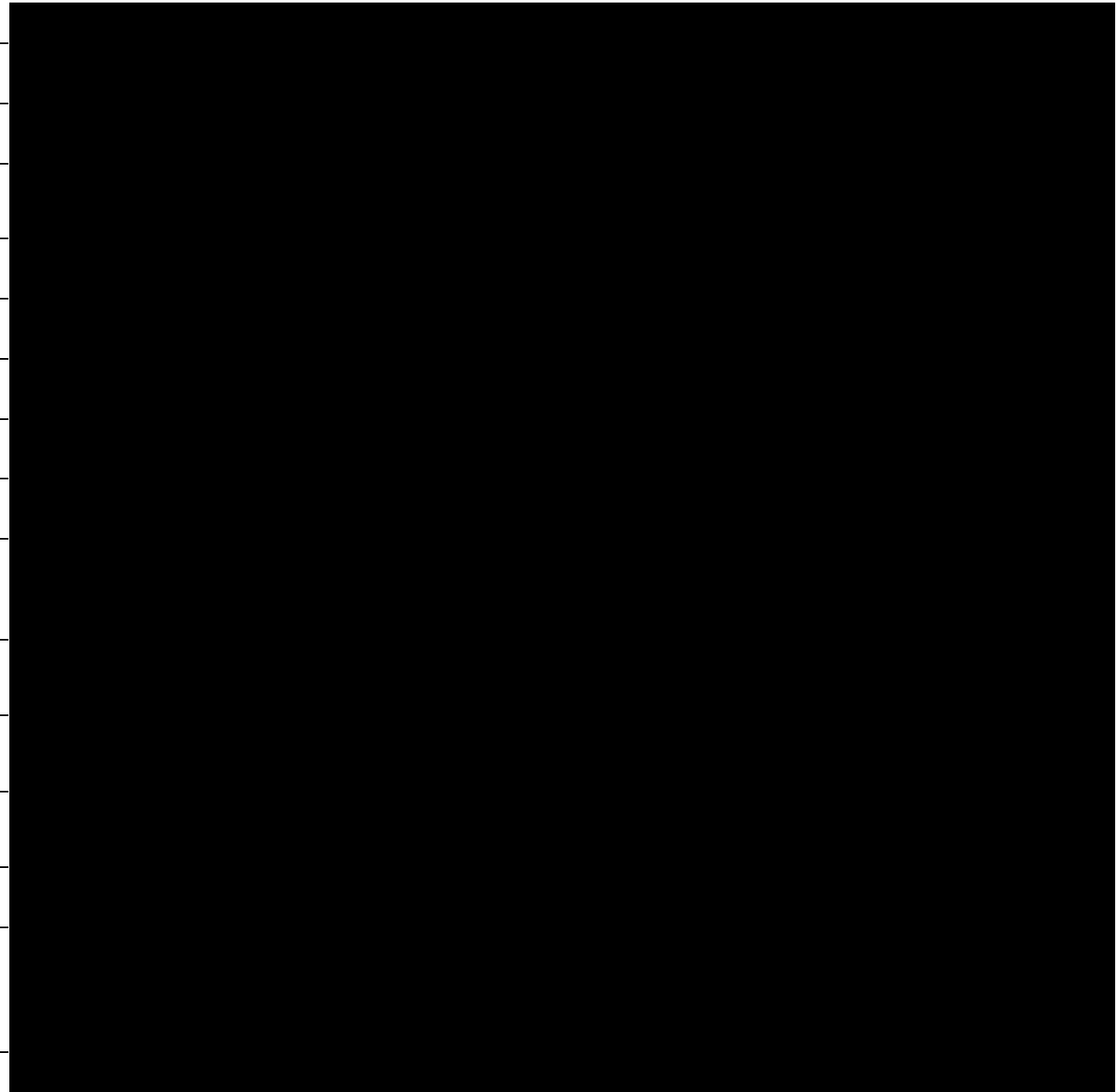
Hauptkategorien	Zitate	Anzahl Zitate
Positive Einschätzung	[Redacted]	1
Positive Einschätzung	[Redacted]	1
Positive Einschätzung	[Redacted]	1
Positive Einschätzung	[Redacted]	1
Positive Einschätzung	[Redacted]	1
Negative Erfahrungen	[Redacted]	1
Negative Erfahrungen	[Redacted]	1
Negative Erfahrungen	[Redacted]	1
Negative Erfahrungen	[Redacted]	1
Psychische Gesundheit immer mehr ein Thema	[Redacted]	1
Psychische Gesundheit immer mehr ein Thema	[Redacted]	1
Psychische Gesundheit immer mehr ein Thema	[Redacted]	1
Psychische Gesundheit immer mehr ein Thema	[Redacted]	1

«Keine Gesundheit ohne psychische Gesundheit»

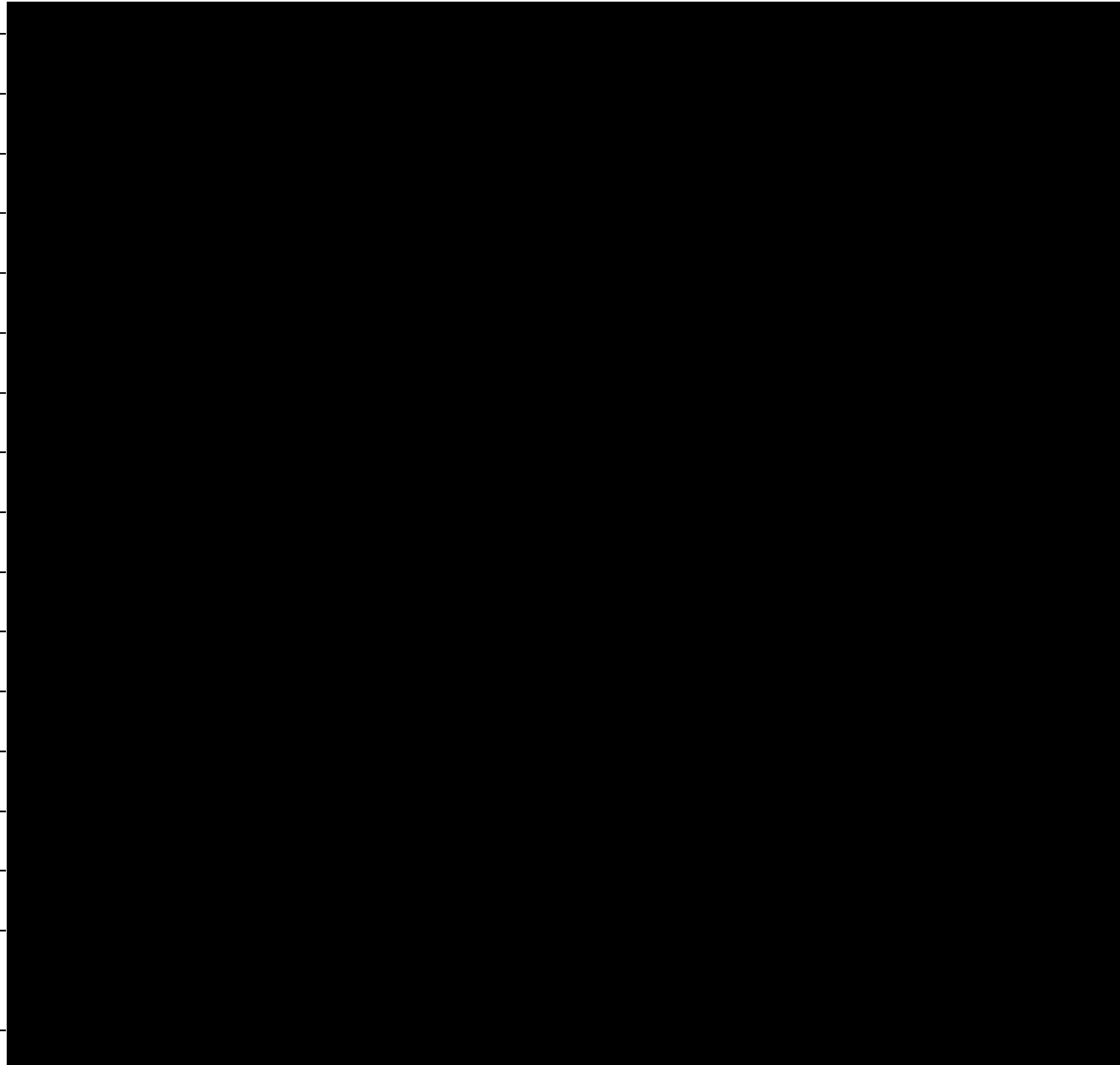
Berufsbildende sind keine Psychologen	[Redacted]	■
Berufsbildende sind keine Psychologen	[Redacted]	■
Berufsbildende sind keine Psychologen	[Redacted]	■
Berufsbildende sind keine Psychologen	[Redacted]	■
Berufsbildende sind keine Psychologen	[Redacted]	■
Berufsbildende sind keine Psychologen	[Redacted]	■
Berufsbildende sind keine Psychologen	[Redacted]	■
Berufsbildende sind keine Psychologen	[Redacted]	■
Berufsbildende sind keine Psychologen	[Redacted]	■
Berufsbildende sind keine Psychologen	[Redacted]	■
Berufsbildende sind keine Psychologen	[Redacted]	■
Berufsbildende sind keine Psychologen	[Redacted]	■
Berufsbildende sind keine Psychologen	[Redacted]	■
Berufsbildende sind keine Psychologen	[Redacted]	■
Berufsbildende sind keine Psychologen	[Redacted]	■
Familiäre Belastungen	[Redacted]	■
Familiäre Belastungen	[Redacted]	■
Familiäre Belastungen	[Redacted]	■
Familiäre Belastungen	[Redacted]	■
Geschlechterunterschied	[Redacted]	■
Geschlechterunterschied	[Redacted]	■

Geschlechterunterschied	
Geschlechterunterschied	
Soziale Umgebung	
Soziale Umgebung	
Soziale Umgebung	
Soziale Umgebung	
Soziale Umgebung	
Soziale Umgebung	
Soziale Umgebung	
Stress	
Stress	
Stress	
Stress	
Nichtreden der Lernenden	
Nichtreden der Lernenden	
Nichtreden der Lernenden	
Nichtreden der Lernenden	

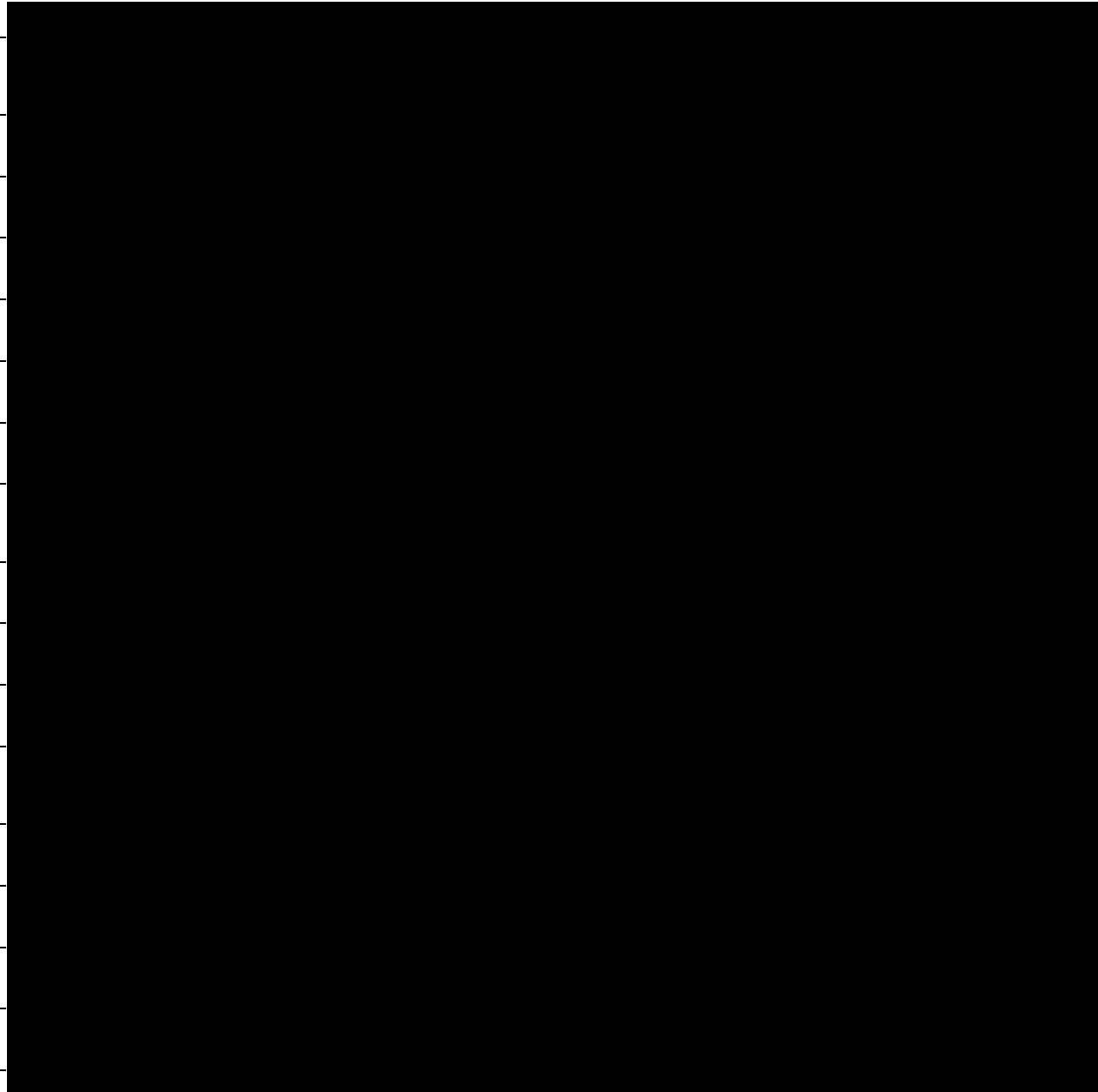
Nichtreden der Lernenden
Kulturelle Unterschiede
Kulturelle Unterschiede
Kulturelle Unterschiede
Motivation
Motivation
Motivation
Wertschätzung
Wertschätzung
Wertschätzung
Wertschätzung
Verantwortung
Pubertät
Pubertät



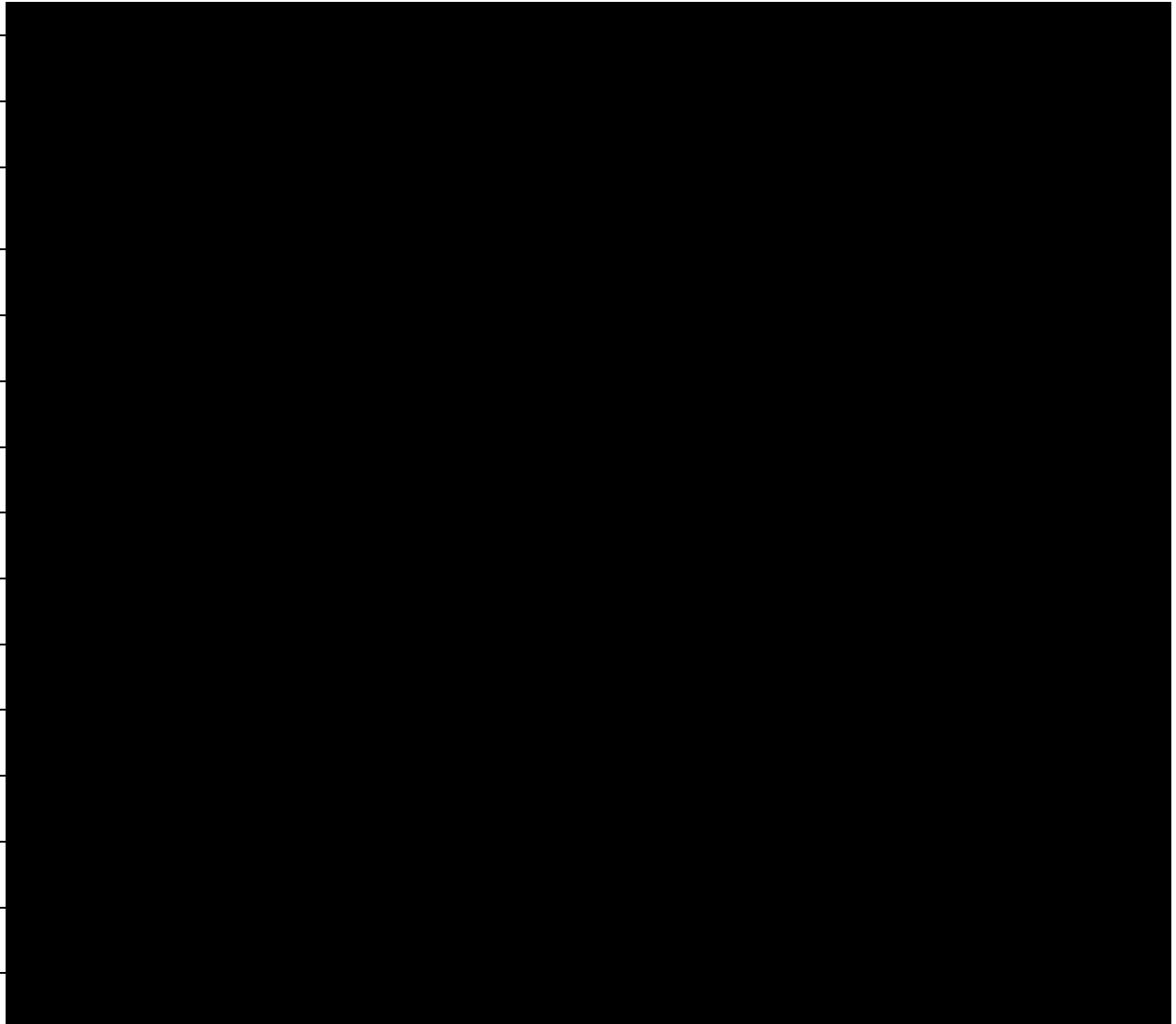
Pubertät
Sensibilisierung der Berufsbildenden
Sensibilisierung der Berufsbildenden
Sensibilisierung der Berufsbildenden
Sensibilisierung der Berufsbildenden
Sensibilisierung der Berufsbildenden
Sensibilisierung der Berufsbildenden
Sensibilisierung der Berufsbildenden
Sensibilisierung der Berufsbildenden
Sensibilisierung der Berufsbildenden
Müdigkeit/ Erschöpfung
Müdigkeit/ Erschöpfung
Müdigkeit/ Erschöpfung
Unterschied Müdigkeit/ Erschöpfung
Unterschied Müdigkeit/ Erschöpfung
Unterschied Müdigkeit/ Erschöpfung



Arbeitszufriedenheit
Arbeitszufriedenheit
Arbeitszufriedenheit
Konsumverhalten
Konsumverhalten
Konsumverhalten
Überthematization
Überthematization
Überthematization
Überthematization
Überthematization
Überthematization
Überthematization
Überthematization
Überthematization
Tiefe Rücklaufquote
Unterstützung der Berufsbildenden



Unterstützung der Berufsbildenden
Unterstützung der Berufsbildenden
Unterstützung der Berufsbildenden
Erziehung
Erziehung
Erziehung
Erziehung
Erziehung
Erziehung
Erziehung
Erziehung
Grundhaltung Berufsbildende
Grundhaltung Berufsbildende
Grundhaltung Berufsbildende
Grundhaltung Berufsbildende



10.5 Anhang E: Begriffserklärung

«**Generation KSSG**» ist ein vom HR-Bildung entwickeltes Programm für die Lernenden [alle EFZ-Ausbildungen ausgenommen FaGe-Lernende] am KSSG. Das Programm zielt auf übergreifende Kompetenzen ab, welche sowohl im Betrieb, in der Berufsschule als auch in den Überbetrieblichen-Kursen benötigt werden. Beispiele für solche übergreifenden Kompetenzen sind «Zeitmanagement und Lernstrategien» oder «Office-Grundlagen».

Berufsgruppen des Programms KSSG-Generation:

- KV [Kaufmann/ -frau]
- Informatiker:in
- Fachmann/ -frau Betreuung
- Medizinische Praxisassistent:in
- Logistiker:in
- Fachmann/ -frau Hauswirtschaft
- Koch/ Köchin
- Medizinproduktetechnolog:in
- Fachperson Betriebsunterhalt
- Gebäudereiniger:in
- Elektroinstallateur:in