

GESUNDE TEAMS ENTSTEHEN NICHT ZUFÄLLIG – SIE WERDEN GESTALTET

Wie Betriebe die psychische Gesundheit von Lernenden im Alltag stärken können.

Text: Anita Blum, Projektleiterin Betrieb & Entwicklung BGM, Gesundheitsförderung Schweiz

Der Übergang von der Schule in die Arbeitswelt fällt in eine Lebensphase voller Veränderungen. Lernende entwickeln ihre berufliche und persönliche Identität, während sie gleichzeitig mit neuen Anforderungen, sozialen Strukturen und Leistungserwartungen konfrontiert sind. Viele Betriebe erleben daher vermehrt Unsicherheiten oder Belastungen bei Lernenden. Für Akteure in der Berufsbildung stellt sich die Frage: **Wie kann Gesundheitsförderung dort ansetzen, wo Lernende tatsächlich lernen und arbeiten – im Team und im betrieblichen Alltag?**

Psychische Gesundheit von Lernenden; zwischen Belastung und Entwicklung

Eine in der Schweiz durchgeführte «WorkMed»-Studie (siehe Box) mit rund 45 000 Lernenden zur psychischen Gesundheit in der Berufslehre zeigt; Rund 80 Prozent der Lernenden berichten über hohes Wohlbefinden, Sinn und Stolz in ihrer Arbeit. Gleichzeitig erlebt jedoch ein Teil der Lernenden während der Lehre psychische Belastungen. Diese Ambivalenz weist darauf hin, dass Belastung und positives Erleben gleichzeitig vorkommen können – entscheidend ist, wie gut das Umfeld Lernende auffängt, begleitet und stärkt.

Zusätzliche Informationen

«Workmed»-Studie

Im Rahmen der «Workmed»-Studie wurde untersucht, wie es den Lernenden in der Lehre geht, was ihnen guttut, was sie belastet und was ihnen hilft, Herausforderungen zu meistern. Detaillierte Infos finden Sie hier:



«Apprentice»

Informationen zum Angebot finden Sie hier:



Teamarbeit als zentraler Schutzfaktor

Belastungen werden vor allem dann als schwer erlebt, wenn Lernende wenig Rückmeldung erhalten, sich nicht ausreichend unterstützt fühlen oder Schwierigkeiten in der Zusammenarbeit erleben. Umgekehrt wirken wertschätzende Zusammenarbeit, klare Rollen und eine offene Kommunikationskultur als Schutzfaktoren. Lernende, die sich als Teil eines funktionierenden Teams erleben, entwickeln schneller Vertrauen, Selbstwirksamkeit und eine stabile berufliche Identität.

Gesundheitsförderung dort, wo Arbeit stattfindet

Genau an diesem Punkt setzt das Angebot «Apprentice» (Link siehe Box) von Gesundheitsförderung Schweiz an. Es richtet sich an Berufsbildungsverantwortliche und Führungspersonen, die Lernende im betrieblichen Alltag begleiten und sie in ihrer Entwicklung stärken. Im Zentrum stehen dabei nicht medizinische Fragestellungen oder therapeutische Interventionen, sondern die Stärkung professioneller Handlungsfähigkeit im Teamkontext.

«Apprentice» unterstützt Betriebe insbesondere dabei, tragfähige Beziehungen zwischen Lernenden und Berufsbildenden zu gestalten, Belastungen früh zu erkennen und angemessen darauf zu reagieren, Warnsignale einzuordnen und rechtzeitig zu handeln sowie ein wertschätzendes Team- und Betriebsklima zu entwickeln.

Früh erkennen – gemeinsam handeln

Veränderungen im Verhalten, in der Leistung oder im emotionalen Ausdruck von Lernenden sind wichtige Hinweise, die ernst genommen werden sollten. Dabei geht es nicht darum, Diagnosen zu stellen oder Probleme zu pathologisieren. Entscheidend ist vielmehr, aufmerksam zu bleiben, das Gespräch zu suchen und bei Bedarf Unterstützung zu organisieren.

Viele Berufsbildungsverantwortliche berichten, dass ihnen im Alltag Zeit, Wissen oder Orientierung im Handeln fehlen – insbesondere bei psychischen Themen. Gleichzeitig zeigt die Praxis; Zu langes Abwarten kann Probleme verschär-

fen – sowohl für Lernende als auch für Teams. Unsicherheiten, unausgesprochene Spannungen oder fehlende Rückmeldungen wirken sich unmittelbar auf das Arbeitsklima aus.

Mit «Apprentice» erhalten Berufsbildungsverantwortliche konkrete Unterstützungsformate, im Alltag kompetent und frühzeitig zu handeln. Das Angebot vermittelt Orientierung und Handlungssicherheit und stärkt Berufsbildungsverantwortliche in ihrer Rolle als zentrale Bezugspersonen für die Lernenden im Lernort Betrieb. Der Fokus liegt auf Zusammenarbeit, Kommunikation und Beziehungsgestaltung – also auf Faktoren, die erwiesenermassen einen grossen Einfluss auf Wohlbefinden und Entwicklung von Lernenden haben.

Gesundheitsförderung im Team verankern – ein Praxisbeispiel

Wie Gesundheitsförderung von Lernenden konkret im Betrieb umgesetzt werden kann, zeigt das Projekt «Grow» der SPITEX Kempt (siehe rechte Seite). Das Beispiel macht deutlich, wie Betriebe mit einem systematischen, teamorientierten Ansatz die Gesundheitskompetenzen von Lernenden stärken und gleichzeitig Teams entlasten können.

Gesundheitsförderung beginnt früh – und im Team

Eine gute Lehre ist weit mehr als fachliche Ausbildung. Sie vermittelt Zugehörigkeit, Orientierung und stärkt junge Menschen in ihrer persönlichen Entwicklung. Betriebe, die bewusst in Teamarbeit, Kommunikation und Beziehungsgestaltung investieren, leisten damit einen wichtigen Beitrag zur psychischen Gesundheit von Lernenden – und sichern gleichzeitig ihre eigene Zukunft.

Mit Blick auf die BGM-Tagung 2026 unter dem Titel «Gesunde Teams – wie Zusammenarbeit gelingt» zeigt sich: Betriebliches Gesundheitsmanagement beginnt nicht erst im Erwachsenenalter, sondern bereits in der Berufsbildung. **Gesunde Teams entstehen dort, wo Zusammenarbeit von Anfang an bewusst gestaltet wird.**