



**Barbara Schmocker**

Barbara Schmocker ist eidg. anerkannte Psychotherapeutin; sie leitet den Fachbereich Ausbildung bei WorkMed.



**Katina Anastasiou**

Katina Anastasiou ist MSc Psychologin und Mitarbeiterin bei WorkMed.



**Debora Heimgartner**

Debora Heimgartner ist MSc Psychologin und Mitarbeiterin bei WorkMed.




**Niklas Baer**

Dr. phil. Niklas Baer ist Psychologe und Leiter des Kompetenzzentrums WorkMed der Psychiatrie Baselland

 Auch von Barbara Schmocker

 Auch von Katina Anastasiou

 Auch von Debora Heimgartner

 Auch von Niklas Baer

 28/08/25  Forschung  <https://doi.org/10.64829/13566>  
(<https://doi.org/10.64829/13566>)

## Befragung der Lernenden in der Schweiz, Teil 1: Übersicht der zentralen Resultate

# Psychische Gesundheit in der Berufslehre

Barbara Schmocker, Katina Anastasiou, Debora Heimgartner & Niklas Baer

Wie gut geht es den Jugendlichen in der Lehre? Diese Frage ist Gegenstand einer Studie von WorkMed, die im Juni dieses Jahres publiziert wurde. Zwei Faktoren machen die Studie besonders ergiebig: Die grosse Zahl der Jugendlichen, die befragt wurden und im Rahmen von Fokusgesprächen diskutierten, und die Breite und Tiefe der Fragestellungen: Das Ausfüllen der Fragebogen erforderte eine gute halbe Stunde. Die Autoren der Studie fassen die wichtigsten Ergebnisse in vier Beiträgen zusammen, die Transfer in den folgenden Wochen publizieren wird. Der vorliegende, erste Text gibt einen Überblick über die wichtigsten Erkenntnisse.

---

Eine abgeschlossene Berufslehre kann als stabilisierender Faktor wirken – sie kann stärken, Halt geben, Perspektiven schaffen. Umgekehrt sind Lehrabbrüche sehr häufig bei jungen IV-Rentenbezügerinnen und -bezügern.

Die Berufslehre ist eine tragende Säule des Schweizer Bildungssystems: Rund 60 Prozent aller Jugendlichen entscheiden sich für eine duale Ausbildung – so viele wie in keinem anderen europäischen Land. Im Jahr 2023 bestanden rund 210'000 Lehrverhältnisse, 66'000 Lernende schlossen ihre Ausbildung erfolgreich ab (BFS, 2024). Die Lehre markiert für viele junge Menschen den Einstieg in die Arbeitswelt – in einer Lebensphase, die ohnehin von tiefgreifenden Veränderungen geprägt ist: der Entwicklung von Autonomie, Identität und Selbstbild. Der Übergang von der Schule in die Lehre bringt neue Anforderungen mit sich – vom Arbeitsalltag im Team über Selbstverantwortung und -Organisation bis hin zu neuen sozialen Erwartungen (Silbereisen & Weichhold, 2012; Neuenschwander, 2012).

Ein Thema rückt dabei zunehmend ins Zentrum: die psychische Gesundheit von Jugendlichen und jungen Erwachsenen. In den letzten Jahren ist der Anteil psychisch bedingter IV-Berentungen (BFS, 2024) sowie der krankheitsbedingten Absenzen in dieser Altersgruppe deutlich gestiegen (BFS, 2025). Gleichzeitig kann eine abgeschlossene Berufslehre als stabilisierender Faktor wirken – sie kann stärken, Halt geben, Perspektiven schaffen (vgl. z.B. Mischler & Huber, 2022). Umgekehrt sind Lehrabbrüche sehr häufig bei jungen IV-Rentenbezügerinnen und -bezügern (BSV, 2015).

Die öffentliche Debatte bewegt sich dabei oft zwischen Extremen resp. Überspitzungen oder Pauschalisierungen. Einige Schlagzeilen aus jüngerer Zeit:

- «Noch nie haben so viele junge Frauen ihren Lehrvertrag aufgelöst»
- «Fitnessabo, bessere Löhne und mehr Ferien: So wollen Betriebe die Berufslehre retten»
- «Psychische Gesundheit Jugendlicher verschlechtert sich zunehmend»
- «Verwöhnt und verweichlicht – das Netz empört sich über die Generation Alpha»<sup>[1]</sup> (#\_ftn1)

Oft fehlen dabei differenzierte und fundierte Daten.

## Wer ist WorkMed?

WorkMed AG ist ein Zentrum für Arbeit und psychische Gesundheit, das sich in Praxis und Forschung mit Arbeit und psychischer Gesundheit beschäftigt; es ist ein Joint Venture der Psychiatrie BL und der SWICA Krankenversicherung.

WorkMed unterstützt unter anderem Berufsbildende und Lehrbetriebe sowie Berufsfachschullehrpersonen und Berufsfachschulen sowie Lernende in der Deutschschweiz mit Fallbesprechungen, Workshops, Kurzberatungen und Coachings. Weitere Informationen finden Sie hier

(<https://workmed.ch/angebote/ausbildung/>). Kontakt: +41 61 685 15 15, [kontakt@workmed.ch](mailto:kontakt@workmed.ch)

Hier setzt die neue WorkMed-Studie<sup>[2]</sup> an. Aufbauend auf einer früheren Erhebung unter mehreren tausend Berufsbildenden zu ihren Erfahrungen mit psychisch belasteten Lernenden (Schmocker et al., 2022) wurde im Winter 2024/25 eine schweizweite Befragung aus der Perspektive der Lernenden selbst durchgeführt. Die Antworten von rund 45'000 Jugendlichen aus allen Sprachregionen waren auswertbar – eine bisher hinsichtlich Teilnahme und Vertiefung einzigartige Datengrundlage. Erfasst wurde, wie Lernende ihre Ausbildung erleben, was sie motiviert und stärkt – aber auch, was sie belastet. Zudem wurde erhoben, wie sie ihre psychische Gesundheit einschätzen und welche familiären, sozialen oder schulischen Faktoren damit zusammenhängen.

Die Ergebnisse zeigen ein vielschichtiges Bild: Viele Lernende erleben ihre Lehre als sinnstiftend, motivierend und entwicklungsfördernd. Gleichzeitig berichten sie von Herausforderungen und psychischen Belastungen.

Die Frage lautet also nicht: Krise oder keine Krise? Sondern vielmehr: Was brauchen Lernende, um erfolgreich durch die Lehre zu kommen? Was hilft – und was hindert? Und was können Berufsbildende, Schulen und Betriebe daraus lernen?

## Ausgewählte Studienresultate – eine erste Übersicht

Im vorliegenden Beitrag fassen wir die wichtigsten Ergebnisse der Studie überblicksartig zusammen. In drei nachfolgenden Beiträgen in Transfer vertiefen wir Teilaspekte.

**Viel Vorfreude – und ebenso viele Sorgen.** Die Lehre beginnt für viele Lernende mit einem Spannungsfeld: Einerseits freuen sich rund 80% auf ihren Einstieg ins Berufsleben – besonders auf das eigene Einkommen, mehr Selbstständigkeit und

## Ein gelungener Lehrstart mit Begleitung, Willkommensanlässen oder Einführungsprogrammen kann viel auffangen – wird aber gerade in kleineren Betrieben oft nicht systematisch umgesetzt.

sinnstiftende sowie praktische Tätigkeiten. Andererseits berichten ebenso viele über Sorgen: etwa vor Überforderung bei schulischen Aufgaben (63%), Rahmendbedingungen wie Arbeitszeiten oder weniger Ferien (63%), fehlendes Verständnis für Fehler oder persönliche Schwierigkeiten (60%). Die Studie zeigt auch: Ein gelungener Lehrstart mit Begleitung, Willkommensanlässen oder Einführungsprogrammen kann viel auffangen – wird aber gerade in kleineren Betrieben oft nicht systematisch umgesetzt.

**Die Lehre wird von der grossen Mehrheit positiv erlebt.** Rund 80-90% der Lernenden geht es in der Lehre eher gut bis sehr gut, jeweils rund 85% finden es eher bis sehr spannend in der Lehre und sind stolz, in ihrem Lehrbetrieb zu arbeiten. Fast 90% haben das Gefühl, dass sie bei der Arbeit etwas Sinnvolles tun. 80-90% der Lernenden finden, dass ihre Berufsbildenden und Klassenlehrpersonen sie ernst nehmen, klare Erwartungen äussern, sich Zeit für sie nehmen, vertrauenswürdig sind und sich für sie engagieren.

**Persönliches Wachstum.** Die Lernenden wurden auch gefragt, ob und in welcher Hinsicht sie sich seit Lehrbeginn verändert hätten. Im Schnitt geben die Lernenden 12 von 15 möglichen persönlichen Fortschritten an. Die grosse Mehrheit der Lernenden erlebt seit Lehrbeginn ein deutliches und auch vielfältiges persönliches Wachstum: Nicht nur in den Kompetenzen, sondern auch im Selbstvertrauen, in der Sozialkompetenz, in der Selbstreflexion, hinsichtlich Fleiss, Ehrgeiz, Motivation, Durchhaltevermögen, Neugier, Interesse und Berufsstolz.

**Psychische Belastungen.** Auf die offene Frage «*Hattest du während der Lehre psychische Probleme, z.B. negative Gefühle oder Gedanken, Belastungen oder auch psychische Krankheiten oder Krisen?*» geben insgesamt 61% der Lernenden an, dass sie während der Lehre schon einmal (rund ein Viertel) oder schon mehrmals (rund ein Drittel) psychische Probleme hatten. Wichtig ist hier festzuhalten, dass 42% der Lernenden angeben, dass sie schon vor der Berufslehre psychische Belastungen hatten.

**Viele Lernende erleben gleichzeitig Verschiedenes wie Belastungen und Entwicklung, Stolz und Stress, Ängste und Freude. Diese Gleichzeitigkeit zeigt auf, dass es ein erweitertes Verständnis von psychischer Gesundheit braucht.**

Diese scheinbare Widersprüchlichkeit ist zentral: Viele Lernende erleben gleichzeitig Verschiedenes wie Belastungen und Entwicklung, Stolz und Stress, Ängste und Freude. Diese Gleichzeitigkeit zeigt auf, dass es ein erweitertes Verständnis von psychischer Gesundheit braucht. Wir müssen psychische Gesundheit als Balance zwischen Belastung und Bewältigung verstehen. Eine gute psychische Gesundheit ist weit mehr als die Absenz von psychischen Erkrankungen, sie ist eben beispielsweise auch das Erleben von Sinn, Kompetenz oder Selbstwirksamkeit. Die Lehre kann auch für teils schon früh belastete Jugendliche ein Ort der Stärkung sein – wenn Rahmen und Beziehungen stimmen.

**Umgang mit psychischen Belastungen.** Grundsätzlich fühlen sich 80% und mehr der Lernenden von den Berufsbildenden ernst genommen und fachlich gut unterstützt (vgl. weiter oben). Etwas seltener (in rund 75% der Fälle) erleben die Lernenden, dass Berufsbildende sich für sie interessieren und sie unterstützen, wenn es ihnen nicht gut geht. Die Aussage, dass «Probleme offen angesprochen werden» erhielt die tiefste Zustimmung: Im Lehrbetrieb wird dies von 74% der Lernenden bejaht, in der Berufsfachschule von rund 60%. Während demnach viele wichtige Aspekte von Klima und Beziehung sehr positiv erlebt werden, ist dies immer dann etwas weniger der Fall, wenn es um das Befinden der Lernenden geht oder um das Ansprechen und Unterstützen bei Problemen.

Bei persönlichen Themen der Lernenden verhalten sich die Berufsbildenden also zurückhaltender. Dies kann mit den Unsicherheiten der Berufsbildenden im Zusammenhang stehen. In der Befragung der Berufsbildenden (Schmocker et al. 2022) geben Berufsbildende unabhängig von ihrer Erfahrung in der Funktion an, dass sie sich in der Begleitung von Lernenden am unsichersten fühlen, wenn es um «psychische» Themen geht. Gleichzeitig wenden sich Lernende selten an ihre Berufsbildenden, wenn es ihnen nicht gut geht oder sie erwägen, die Lehre abzubrechen. D.h. von beiden Seiten besteht eine Zurückhaltung, wenn es um persönliche resp. psychische Themen geht.

Die meisten Lernenden finden bei psychischen Problemen Unterstützung im Freundeskreis und in der Familie. Bei 78% fand wegen der psychischen Probleme in der Lehre weder ein Gespräch im Lehrbetrieb noch in der Berufsfachschule statt. 68% der Lernenden teilen ihre Probleme den Verantwortlichen in der Lehre nicht mit.

Die Gründe, warum sie dies nicht tun: 36% wollen es «alleine schaffen», 26% der Lernenden wissen nicht, wie man über «solche Dinge» spricht oder ob es schon «schlimm genug» sei.

**Lehrabbrüche – Gedanken, Erfahrungen, Gründe.** Die Hälfte der Lernenden denkt während der Ausbildung mindestens einmal darüber nach, die Lehre abzubrechen. Ein Viertel der Lernenden hat mehrfach über einen Abbruch nachgedacht. 22% denken aktuell darüber nach. Etwa 9% haben bereits früher eine Lehre abgebrochen. Die häufigsten Gründe: mangelnde Passung zum Beruf, psychische Probleme (v.a. bei jungen Frauen) und Konflikte im Betrieb – oft mit Berufsbildenden. Besonders negativ wirkt sich aus, wenn Lernende das Gefühl haben, nicht gut genug oder nicht willkommen zu sein. Ermutigend ist aber: Viele Lernende brechen trotz Problemen nicht ab – weil sie nicht aufgeben wollen, Vertrauen spüren oder ihre Eltern ihnen nahelegen, dranzubleiben. Das zeigt: Abbruchgedanken sind weit verbreitet, aber kein Zeichen mangelnder Belastbarkeit.

**Selbstwirksamkeit – ein starker Schutzfaktor.** Die Überzeugung, Herausforderungen bewältigen zu können, ist einer der stärksten Schutzfaktoren für psychische Gesundheit. Rund 90% der Lernenden sind zuversichtlich, ihre Lehre erfolgreich abzuschliessen und etwa zwei Drittel zeigen eine mittlere bis hohe Selbstwirksamkeit. Die Studie zeigt, dass sich diese Fähigkeit im Verlauf der Lehre weiterentwickelt. Wichtig: Selbstwirksamkeit entsteht nicht allein aus individueller Stärke, sondern auch durch eine gute Atmosphäre und gute Beziehungen in der Lehre, passende Anforderungen, konstruktives Feedback, Mitgestaltungsmöglichkeiten und das Vertrauen, etwas bewirken zu können – im Team, bei Berufsbildenden, in der Schule.

## Schlussfolgerung

**Die Ergebnisse der Studie zeigen, dass die Berufslehre für viele Jugendliche weit mehr ist als ein Einstieg in die Arbeitswelt – sie ist ein zentraler Entwicklungsraum, fachlich, persönlich, sozial.**

Die Ergebnisse der Studie zeigen, dass die Berufslehre für viele Jugendliche weit mehr ist als ein Einstieg in die Arbeitswelt – sie ist ein zentraler Entwicklungsraum, fachlich, persönlich, sozial. Gleichzeitig erleben zahlreiche Lernende zwischenmenschliche Belastungen, fachliche Überforderung und persönliche Krisen. Diese Ambivalenz – zwischen Belastungen und Entwicklung, Stolz und Stress oder Ängsten und Freude – gehört zur Realität der jungen Menschen. Entscheidend ist, wie Betriebe, Berufsbildende, Schulen, Lehrpersonen und die Lernenden selber damit

umgehen. Wertschätzende Beziehungen, ein begleiteter Einstieg, realistische Anforderungen und eine offene Gesprächskultur sind Schlüsselfaktoren, um die Lehre als stabilisierende Lebensphase zu gestalten. Gerade die berufliche Grundbildung ist mit ihrem praxisnahen, konkreten und beziehungs-mässigem Setting eine besondere Chance für persönliches Wachstum der Lernenden.

## Vier Impulse für die Praxis

1. Psychische Probleme gehören auch zu einem gesunden Leben und zum Alltag – aber sie sollten angesprochen werden.
2. Selbstwirksamkeit kann man durch gute Arbeitsatmosphäre, gute Beziehungen und gute Ausbildungsbedingungen fördern – nicht nur «Resilienz fordern».
3. Beziehung vor Struktur: Berufsbildende und Lehrpersonen sind Schlüsselpersonen; wenn sie echtes Interesse an den Lernenden zeigen, können sie den Unterschied machen.
4. Die Lehre als Chance ernst nehmen. Sie ist es auch für belastete Jugendliche mit schwierigen Schulerfahrungen.

In den nächsten Beiträgen der Reihe nehmen wir einzelne Aspekte vertieft unter die Lupe: Was brauchen Lernende mit psychischen Problemen konkret? Welche Typen von Lernenden gibt es? Welche Rolle spielen Berufsbildende – und wie erleben sie ihre Verantwortung? Und: Was bedeutet das alles für die Gestaltung einer zukunftsfähigen Berufsbildung?

*Interview mit Barbara Schmocker: Fleischmann, D. (2025). Viele Jugendliche sind belastet, aber die meisten fühlen sich in der Lehre trotzdem wohl.*

*(<https://transfer.vet/viele-jugendliche-sind-belastet-aber-die-meisten-fuehlen-sich-in-der-lehre-trotzdem-wohl/>) Transfer. Berufsbildung in Forschung und Praxis 10(9) (Erstpublikation in Alpha, Tages-Anzeiger).*

## Merkmale der Befragung und der teilnehmenden Personen

Bereits in der Vorbereitungsphase ab 2023 wurden alle relevanten Stakeholder aus der Berufsbildung in der Schweiz persönlich kontaktiert. Das Vorhaben wurde den verantwortlichen Organisationen vorgestellt, wodurch nicht nur die inhaltliche Ausrichtung erläutert, sondern auch eine vertrauensvolle Basis geschaffen werden konnte. Einbezogen wurden insbesondere die Schweizerische Berufsbildungsämter-Konferenz (SBBK), die Tripartite Berufsbildungskonferenz

(TBBK) sowie die Schweizerische Direktorinnen- und Direktorenkonferenz der Berufsfachschulen (SDK) und die Table Ronde Berufsbildender Schulen (TR BS). Der Vorstand der SBBK unterstützte das Projekt ideell und empfahl den Mitgliedern die Teilnahme an der Befragung. Diese breite Abstützung war ein zentraler Erfolgsfaktor für die Rekrutierung einer grossen Anzahl an Teilnehmenden.

Die Datenerhebung erfolgte mittels einer standardisierten Online-Befragung, die vom 28. Oktober bis 13. Dezember 2024 durchgeführt wurde. Zielgruppe waren alle Lernenden in der dualen Berufsbildung (EBA, EFZ, EFZ mit Berufsmaturität) sowie zusätzlich Schülerinnen und Schüler aus vollschulischen Ausbildungen (Informatikmittelschule, Handelsmittelschule, Fachmittelschule) in der gesamten Schweiz (deutsch-, französisch- und italienischsprachige Regionen). Die hier vorgestellten Resultate betreffen die duale Berufsbildung, da die Teilnahme der vollschulischen Ausbildungen stark unterrepräsentiert war. Die Teilnahme war freiwillig; die Berufsfachschulen sowie die Lehrpersonen entschieden selbst, ob sie ihre Lernenden zur Teilnahme anregen. Den Lernenden wurde für die Teilnahme eine Schullektion zur Verfügung gestellt.

Zur Qualitätssicherung wurde eine Begleitgruppe mit Vertretungen zentraler Institutionen aus Bildung, Berufsbildung und Gesundheitsförderung eingerichtet. Diese Gruppe war über alle Projektphasen hinweg aktiv und für die Teilnahme und Verankerung der Studie im Feld entscheidend.

Die Befragung erfasste umfassend, wie es den Lernenden in der Lehre geht, wie sie diese wahrnehmen und welchen Einfluss die Ausbildung auf ihr Wohlbefinden und ihre psychische Gesundheit hat. Dabei wurden auch familiäre und soziale Hintergründe sowie retrospektive Erfahrungen aus Schulzeiten berücksichtigt. Validierte Screening-Fragen zur psychischen Situation, die auch in der Schweizerischen Gesundheitsbefragung oder vom Schweizerischen Gesundheitsobservatorium (Peter et al., 2023)) verwendet werden, ermöglichten zudem Vergleiche mit der allgemeinen jungen Bevölkerung.

Die Einbindung der Lernenden war ein zentrales Anliegen. Um sicherzustellen, dass die Befragung alle für sie relevanten Themen abdeckt, wurden von Januar bis Juni 2024 parallel zur Entwicklung des Fragebogens Fokusgruppen mit Lernenden sowie mit Ausbildungsverantwortlichen (wie Lehrpersonen und Ausbildungsleitende) durchgeführt. Nach Abschluss der Erhebung wurden die Ergebnisse gemeinsam mit den Lernenden diskutiert.

Tagesanzeiger

Tagesanzeiger

SWR

SRF

[2] Der vollständige Studienbericht ist im Internet abrufbar. Finanziell wurde das Projekt durch das Staatssekretariat für Bildung, Forschung und Innovation (SBFI), der Gesundheitsförderung Schweiz (GFCH), der Stiftung ALU, der Stiftung für Hilfeleistungen an Arbeitnehmende und der Stiftung Artisana unterstützt.

## Literatur

- Baer, N., Schmocker, B., & Kuhn, T. (2022). Wie soll man mit psychisch belasteten Lernenden umgehen? (<https://transfer.vet/wie-soll-man-mit-psychisch-belasteten-lernenden-umgehen/>). *Berufsbildung in Forschung und Praxis* 7(1).
- Bundesamt für Statistik (2023). Lehrvertragsauflösung, Wiedereinstieg, Zertifikationsstatus (<https://www.bfs.admin.ch/bfs/de/home.gnpdetail.2024-0117.html>). Resultate zur dualen beruflichen Grundbildung (EBA und EFZ), Neuchâtel. Bundesamt für Statistik.
- Bundesamt für Statistik (2024). IV-Statistik ([https://www.pxweb.bfs.admin.ch/pxweb/de/px-x-1305010000\\_111/px-x-1305010000\\_111/px-x-1305010000\\_111.px/](https://www.pxweb.bfs.admin.ch/pxweb/de/px-x-1305010000_111/px-x-1305010000_111/px-x-1305010000_111.px/)). Bern.
- Bundesamt für Statistik (2024), Absenzen (<https://www.bfs.admin.ch/bfs/de/home/statistiken/arbeit-erwerb/erwerbstaetigkeit-arbeitszeit/arbeitszeit/absenzen.html>), Bern
- Bundesamt für Statistik (BFS). (2025). *Absenzen in der Erwerbsbevölkerung – 2024*. (<https://www.bfs.admin.ch/bfs/de/home/statistiken/arbeit-erwerb/erwerbstaetigkeit-arbeitszeit/arbeitszeit/absenzen.assetdetail.35507759.html>)
- Baer, N. ea. (2015). *Profile von jungen IV-Neurentenbeziehenden mit psychischen Krankheiten* (<https://www.bsv.admin.ch/bsv/de/home/publikationen-und-service/forschung/forschungsberichte-alle.html>). Beiträge zur sozialen Sicherheit, Nr. 19/15.
- Mischler, M. & Huber, S.G. (2022). Bildungswege und psychische Gesundheit. In S.G. Huber (Hrsg.), *Young Adult Survey Switzerland*, Band 3 (S. 81–96). Bern: BBL / OFCL / UFCL.
- Silbereisen, R. K. & Weichold, K. (2012). Jugend (12 – 19 Jahre). In W. Schneider, W. Lindenberger (Hrsg.), *Entwicklungspsychologie* (7. überarb. Aufl., S. 235-258). Weinheim: Beltz.

- Neuenschwander, M. P. (2012). Schule und Beruf: Wege in die Erwerbstätigkeit (1. Aufl.). Wiesbaden: VS-Verlag.
- Peter, C., Tuch, A. & Schuler, D. (2023). Psychische Gesundheit – Erhebung Herbst 2022 (<https://www.obsan.admin.ch/de/publikationen/2023-psychische-gesundheit-erhebung-herbst-2022>). Wie geht es der Bevölkerung in der Schweiz? Sucht sie sich bei psychischen Problemen Hilfe? (Obsan Bericht 03/2023). Neuchâtel: Schweizerisches Gesundheitsobservatorium.
- Schmocker, B., Kuhn, T., Frick, U., Schweighauser, C., Baumgartner, R. Diesch, R., Ettl, P., Frei, A., & Baer, N. (2022). Umgang mit psychisch belasteten Lernenden (<https://edudoc.ch/record/226821?ln=de>) – Eine Befragung von Berufsbildner\*innen in der Deutschschweiz. Binningen: WorkMed.

---

#### Zitiervorschlag

Schmocker, B., Anastasiou, K., Heimgartner, D., & Baer, N. (2025). Psychische Gesundheit in der Berufslehre. *Transfer. Berufsbildung in Forschung und Praxis* 10 (11).

<https://doi.org/10.64829/13566> (<https://doi.org/10.64829/13566>)

Das vorliegende Werk ist urheberrechtlich geschützt. Erlaubt ist jegliche Nutzung ausser die kommerzielle Nutzung. Die Weitergabe unter der gleichen Lizenz ist möglich; sie erfordert die Nennung des Urhebers.



**Barbara Schmocker**

Barbara Schmocker ist eidg. anerkannte Psychotherapeutin; sie leitet den Fachbereich Ausbildung bei WorkMed.



**Katina Anastasiou**

Katina Anastasiou ist MSc Psychologin und Mitarbeiterin bei WorkMed.



**Debora Heimgartner**

Debora Heimgartner ist MSc Psychologin und Mitarbeiterin bei WorkMed.




**Niklas Baer**

Dr. phil. Niklas Baer ist Psychologe und Leiter des Kompetenzzentrums WorkMed der Psychiatrie Baselland

 Auch von Barbara Schmocker

 Auch von Katina Anastasiou

 Auch von Debora Heimgartner

 Auch von Niklas Baer

 29/09/25  Forschung  <https://doi.org/10.64829/13756>  
(<https://doi.org/10.64829/13756>)

Befragung der Lernenden in der Schweiz, Teil 2: Wie erleben die Lernenden ihre Ausbildung?

## Viele sind herausgefordert, nur wenige überfordert

Barbara Schmocker, Katina Anastasiou, Debora Heimgartner & Niklas Baer

Die berufliche Grundbildung ist ein zentraler Baustein des Schweizer Bildungssystems – und für die meisten Jugendliche der erste Schritt in die Arbeitswelt. Doch wie erleben die Lernenden selbst diese prägende Lebensphase? Dies ist die zentrale Frage der Studie «Psychische Gesundheit von Lernenden in der Berufslehre». Ihre Autoren fassen die wichtigsten Ergebnisse in vier Beiträgen zusammen, die Transfer publiziert. Der vorliegende, zweite Text geht der Frage nach, welchen Herausforderungen die Jugendlichen in der Lehre begegnen, was sie stärkt und was sie belastet.

---

Weiter berichtet ein Grossteil, dass sie die Lehre meist als spannend empfinden, stolz sind, in ihrem Lehrbetrieb zu arbeiten und auch das Gefühl haben, einer sinnvollen Arbeit nachzugehen. Beinahe 90% der Lernenden zeigen sich mit ihrem gewählten Lehrberuf zufrieden.

Die Lehre wird insgesamt von der grossen Mehrheit positiv erlebt: Drei Viertel der Lernenden geben an, dass es ihnen in der Lehre gut bis sehr gut geht. 56% würden ihren Lehrbetrieb ohne Einschränkungen weiterempfehlen. Die am häufigsten genannten Gründe für eine Weiterempfehlung sind ein unterstützendes Team (48%), eine angenehme Arbeitsatmosphäre (25%) und ein qualitativ guter Ausbildungsort (17%). 33% der Lernenden hingegen würden ihren Lehrbetrieb nur bedingt und 11% nicht weiterempfehlen (mehr zu den Gründen unten). Weiter berichtet ein Grossteil, dass sie die Lehre meist als spannend empfinden, stolz sind, in ihrem Lehrbetrieb zu arbeiten und auch das Gefühl haben, einer sinnvollen Arbeit nachzugehen. Beinahe 90% der Lernenden zeigen sich mit ihrem gewählten Lehrberuf zufrieden. Das sind erfreuliche Ergebnisse.

## Angaben zur Studie

Im Rahmen der Studie «Psychische Gesundheit von Lernenden in der Berufslehre» (<https://workmed.ch/wp-content/uploads/bericht-studie-lernende-de.pdf>). Biografie, Belastung, Wachstum und Erfolgsfaktoren von Lernenden in der dualen Berufsbildung in der Schweiz» wurden im Winter 2024/25 Lernende der Schweiz befragt. Die Antworten von rund 45'000 Jugendlichen aus allen Sprachregionen waren auswertbar – eine hinsichtlich Teilnahme und Vertiefung einzigartige Datengrundlage. Erfasst wurde, wie die Lernende ihre Ausbildung erleben, was sie motiviert und stärkt, aber auch, was sie belastet. Zudem wurde erhoben, wie sie ihre psychische Gesundheit einschätzen und welche familiären, sozialen oder schulischen Faktoren damit zusammenhängen. Die Studie wurde durchgeführt von WorkMed AG, einem Zentrum für Arbeit und psychische Gesundheit, das sich in Praxis und Forschung mit Arbeit und psychischer Gesundheit beschäftigt.

Weitere methodische Angaben finden sich im ersten in Transfer publizierten Beitrag (<https://transfer.vet/psychische-gesundheit-in-der-berufslehre>).

## Der Lehrstart

Die grosse Mehrheit der Lernenden hat sich bewusst für den aktuellen Lehrberuf entschieden, hat sich für die Lehre bereit gefühlt und sich darauf gefreut. Lediglich für 18% war die aktuelle Lehrstelle eine Notlösung. Häufige Gründe für Vorfreude sind:

- Wunsch, Geld zu verdienen (88%)
- Möglichkeit, einer interessanten Tätigkeit nachzugehen (83%)
- Selbstständigkeit und Eigenverantwortung übernehmen (81%)
- etwas Sinnvolles tun (81%).

Neben dieser Vorfreude machen sich viele aber auch Sorgen, besonders häufig aus folgenden Gründen:

- Überforderung bei schulischen Aufgaben (63%)
- Arbeitszeiten und Ferien (63%)
- fehlendes Verständnis für Fehler / Schwierigkeiten (60%).

## Lernende erleben sich als selbstwirksam

In Anbetracht der grossen Veränderung und damit einhergehender Unsicherheit sind diese Sorgen nachvollziehbar und «normal». Trotz dieser Bedenken kommen die Lernenden gemäss Umfrage aber sehr gut mit der neuen Situation zurecht: Insgesamt denken beinahe alle Lernenden (90%), dass sie mit den Herausforderungen der Lehre ziemlich bis sehr gut umgehen können, sich also als selbstwirksam erleben. Auch die erhobene «berufliche Selbstwirksamkeit» wird von den Lernenden positiv eingeschätzt. Über 80% der Lernenden stimmen der Aussage eher oder ganz zu, dass sie den Anforderungen der Ausbildung gewachsen sind und die Fähigkeiten haben, die gefordert sind. Diese Zahlen sind deutliche Hinweise auf eine grossmehrheitlich starke Resilienz der Lernenden. Das Erleben von Selbstwirksamkeit wächst zudem im Verlauf der Lehre.

Es sind jedoch Geschlechterunterschiede erkennbar: männliche Lernende weisen höhere Werte in ihrer Selbstwirksamkeit wie auch in ihrem Kontrollgefühl auf als weibliche Lernende. Zudem beschreibt eine deutlich kleinere, aber ernstzunehmende Gruppe von Lernenden auch, den Schwierigkeiten in der Lehre weniger gelassen entgegenzusehen und ihren Problemlösefähigkeiten weniger zu vertrauen.

**Zudem beschreibt eine deutlich kleinere, aber ernstzunehmende Gruppe von Lernenden auch, den Schwierigkeiten in der Lehre weniger gelassen entgegenzusehen und ihren Problemlösefähigkeiten weniger zu vertrauen.**

Die Betriebe können einiges machen, um die die Zuversicht der Lernenden zu fördern: Eine enge Begleitung am ersten Tag zum Beispiel erleichtert den Lernenden den Einstieg in den neuen Lebensabschnitt. Auch ein Willkommenstag und ein fixes Einführungsprogramm erlebten die Lernenden als hilfreich. Etwa ein Drittel der Lernenden nahm an einem Anlass mit den Eltern teil – allerdings nicht immer mit Begeisterung: Elternanlässe werden von den Lernenden im Verhältnis als am wenigsten nützlich erachtet. Hier zeigt sich eine Diskrepanz zwischen der Perspektive der Lernenden und den Berufsbildenden. Für die Berufsbildenden sind die Eltern oder nahe Bezugspersonen besonders wichtig, v.a. dann, wenn es Schwierigkeiten im Lehrverlauf gibt: Eine grössere Präsenz und Unterstützung der Eltern ist ihr am häufigsten geäusserte Bedarf (Schmocker et al., 2022).

## **Sehr starke persönliche Entwicklung durch und mit der Lehre**

Eines der wichtigsten und in diesem Ausmass nicht erwartetes Ergebnis ist die sehr starke, breite und positive persönliche Entwicklung, die die Lernenden in der Lehre machen. Rund 80-90% der Lernenden erleben sich seit Lehrbeginn als verantwortungsbewusster, fleissiger, ehrgeiziger, sozialkompetenter und kompetenter. Zudem gibt eine grosse Mehrheit an, dass sich ihr Durchhaltewille verbessert hat. Beeindruckend ist auch: rund die Hälfte der Lernenden sind motivierter, am Morgen aufzustehen als noch während der Schulzeit – obwohl bei der Mehrheit der Lernenden der Wecker wohl früher klingelt. Unter dem Gesichtspunkt, dass sich der innere Rhythmus von Jugendlichen verändert – sie werden abends später müde und wollen dafür morgens länger schlafen (Liamlahi, Hug & Benz, 2019) – ist dieses Resultat ein sehr deutlicher Ausdruck für die Motivation der Lernenden. Von den vorgegebenen 15 möglichen Fortschritten seit Lehrbeginn erleben die Lernenden im Schnitt in zwölf Bereichen (grosse) Fortschritte. Die Resultate unterstreichen, dass die Lehre für die Jugendlichen eine enorme Chance ist und sie nicht nur fachlich, sondern auch persönlich wachsen. Auch Basler und Kriesi (2022) weisen nach, dass Lernende in ihrer persönlichen Entwicklung von der Lehre profitieren.

**Die Resultate zeigen, dass 55% der männlichen Lernenden und 72% der weiblichen Lernenden eine tiefere Kontrollüberzeugung haben als die Schweizer Bevölkerung.**

Auch die Kontrollüberzeugung wurde erhoben. Darunter wird das Ausmass verstanden, in dem eine Person glaubt, dass das Auftreten eines Ereignisses in ihrem Leben abhängig von ihrem Verhalten ist (Rotter, 1966). Je ausgeprägter die Kontrollüberzeugung ist, desto stärker ist das Vertrauen der Person in ihre Fähigkeit, das Leben nach eigenen Vorstellungen zu gestalten und desto seltener berichtet sie von psychischen Belastungen. Umgekehrt fühlen sich Personen eher ausgeliefert und hilflos, wenn sie glauben, dass es egal ist, was sie machen, es ändert sowieso nichts – das kann psychisch belasten. Die Resultate zeigen, dass 55% der männlichen Lernenden und 72% der weiblichen Lernenden eine tiefere Kontrollüberzeugung haben als die Schweizer Bevölkerung. Dies überrascht insofern nicht, da Lernende im Vergleich zu Erwachsenen über weniger Erfahrung im eigenständigen Entscheiden und Handeln haben, da viele Entscheidungen noch von Eltern, Lehrpersonen oder Ausbildenden getroffen werden. In der Lehre bewegen sie sich zudem je nach Situation in einem mehr oder weniger hierarchisch geprägten Umfeld mit begrenztem Handlungsspielraum. Diese Abhängigkeit sowie das sich noch entwickelnde Selbstkonzept können dazu führen, dass Lernende ihre Einflussmöglichkeiten als geringer einschätzen und eine tiefere Kontrollüberzeugung besitzen.

## **Die Lehre kann anstrengend sein**

Zum einen berichten die Lernenden demnach sehr häufig über ein äusserst positives Erleben der Lehre, zum anderen aber bestehen oft auch Sorgen, Ängste oder psychische Probleme. Auf die summarische Frage, wie sich die Lehre insgesamt auf das Befinden auswirkt, nannte die Hälfte der Lernenden einen positiven Effekt, ein Drittel einen negativen Effekt, 15% sehen keinen Einfluss. Was steckt dahinter? Die neuen Anforderungen in der Lehre (die neuen Präsenzzeiten, das Einfinden in der «Erwachsenenwelt» und in der neuen Rolle, neue Anforderungen an die Selbstorganisation oder die Erwartungen resp. Anforderungen der verschiedenen Lernorte) und die Reduktion der Freizeit sind für Lernende einschneidend und erklären vielleicht, weshalb sie die Auswirkungen der Lehre auf ihr Befinden negativ erleben. Über die Hälfte der Lernenden investiert in der Freizeit mehrmals pro Woche in schulische Aufgaben wie Lernen oder Arbeiten schreiben. Im Vergleich zur Zeit vor der Ausbildung reduzieren etwa 40% der Lernenden ihre Freizeitaktivitäten.

Rund die Hälfte der Befragten hat sich mindestens einmal überlegt, die Lehre abzubrechen. Die Lernenden denken v.a. über den Lehrabbruch nach, weil sie sich

**Rund die Hälfte der Befragten hat sich mindestens einmal überlegt, die Lehre abzubrechen. Die Lernenden denken v.a. über den Lehrabbruch nach, weil sie sich überfordert fühlen und sie das Gefühl haben (oder man ihnen das Gefühl gibt), dass sie nichts können.**

überfordert fühlen und sie das Gefühl haben (oder man ihnen das Gefühl gibt), dass sie nichts können. Als weiterer wichtiger Grund werden zwischenmenschliche Schwierigkeiten genannt: Probleme mit Berufsbildnerinnen, Lehrern oder ein geringes Wohlbefinden in Team/Klasse. Lernende, die sich von ihrem Berufsbildner unterstützt fühlen, ziehen wesentlich seltener in Erwägung, ihre Lehre abzubrechen. Dies verdeutlicht die Wichtigkeit der Arbeitsbeziehung zwischen den Berufsbildenden und den Lernenden; zudem erweist sich die Arbeitsatmosphäre im Allgemeinen als zentraler Faktor.

Aber weshalb brechen Lernende, welche sich Gedanken über einen Lehrabbruch machen, die Lehre nicht ab? Die grosse Mehrheit (81%) bricht nicht ab, weil sie nicht aufgeben will. Nicht aufgeben wollen, etwas «durchziehen», ist grundsätzlich eine sehr positive Haltung und ein zentraler Faktor für die Resilienz. Neben dem «eigenen Willen» kann jedoch auch das soziale Umfeld entscheidend sein. So hilft es vielen Lernenden, wenn jemand an sie glaubt, sie ermutigt oder wenn die Eltern die Erwartung haben, dass die Lernenden weitermachen. Dies gilt erst recht bei Lernenden mit einem niedrigen Selbstwert, die an sich zweifeln und sich wenig zutrauen.

## **Beziehungen und die Atmosphäre im Betrieb sind entscheidend**

In der Studie kristallisierte sich heraus, dass insbesondere die zwischenmenschlichen Beziehungen resp. das soziale Umfeld eine wichtige Rolle dafür spielen, wie es den Lernenden in der Lehre geht und wie sie die Ausbildung erlebten. Allgemein unterstreichen die Resultate den Einfluss guter Beziehungen im Arbeitskontext: Eine grosse Mehrheit ist zufrieden mit ihren Berufsbildnerinnen (81%). Dies zeigt sich vor allem darin, dass sich die Lernenden gut fachlich unterstützt und auch ernstgenommen fühlen. Ein sehr ähnliches Bild zeigt sich bzgl. der Klassenlehrpersonen in der Berufsfachschule. Die Lernenden treffen in den Lehrbetrieben auch grossmehrheitlich (über 80%) einen freundlichen und respektvollen Umgang an, sie werden gefördert und erleben einen guten Zusammenhalt. Das Erleben der Lernenden bestätigt damit auch die Einschätzung

verschiedener Studien, die den Berufsbildnerinnen in der Regel eine hohe Motivation und Engagement in der Begleitung der Lernenden attestieren (vgl. Egger et al., 2024, Schmocker et al., 2022).

Auch die Begründungen der Lernenden, warum ein Lehrbetrieb weiterempfohlen wird, unterstreichen dies. Ausschlaggebend sind vor allem ein unterstützendes Team und die Arbeitsatmosphäre. Beispielhafte Aussagen dafür sind: *«Sehr gutes Umfeld, alle sind sehr nett, man kann immer nachfragen, wenn etwas nicht klar ist.»* oder *«Der Berufsbildner ist sehr nett und erklärt mir alles genau und erklärt es mir auch mehrmals, wenn ich es noch nicht verstehe.»* (Originaltexte aus dem Freitextfeld).

**Neben den Berufsbildenden leisten auch die übrigen Mitarbeitenden im Team einen sehr wichtigen Beitrag dazu, dass die Ausbildung von den Lernenden positiv erlebt wird.**

Demgegenüber wird der Betrieb gar nicht oder nur bedingt empfohlen, wenn Mitarbeitende als unfreundlich und aggressiv empfunden werden. Beispiele dafür sind: *«Mein Chef hat starke Stimmungsschwankungen»*, *«Viele lästern hintenrum, man kann keinem vertrauen»* oder *«Toxisches Umfeld (Angeschrien von der Chefin, Alkoholkonsum während der Arbeit etc.) und schnell sehr viel Verantwortung (zu viel für jemanden in der Lehre).»* (Originaltexte aus dem Freitextfeld). Neben den Berufsbildenden leisten auch die übrigen Mitarbeitenden im Team einen sehr wichtigen Beitrag dazu, dass die Ausbildung von den Lernenden positiv erlebt wird. Wie geht das Team miteinander um? Besteht ein freundlicher und respektvoller Umgang? Wie ist das Arbeitsklima? Werden Lernende ernstgenommen?

So positiv die allgemeine Wahrnehmung ist, so sticht ein Beziehungsaspekt heraus, der vergleichsweise deutlich negativer bewertet wird: Ein Viertel der Lernenden hat das Gefühl, dass sich die Berufsbildenden nicht dafür interessieren, wie es ihnen geht (bei den Lehrpersonen in der Berufsfachschule sind es gar 45%) und 23% der Lernenden glauben, dass die Berufsbildenden (bei den Lehrpersonen sind es 37%) sie nicht unterstützt würden, wenn es ihnen nicht gut geht. Wenn es also um persönliche Themen und Probleme der Lernenden geht, sind die Verantwortlichen weniger spürbar. Dies kann mit den Unsicherheiten der Berufsbildenden im Zusammenhang stehen: sie sind besonders häufig unsicher, wenn es um «psychische» Themen geht – auch wenn sie schon über viel Berufserfahrung verfügen. (Schmocker et al. 2022). Gleichzeitig wenden sich Lernende selten (in 30% der Fälle) an ihre Lehrverantwortlichen, wenn es ihnen nicht gut geht oder sie erwägen, die Lehre abzubrechen. D.h. von beiden Seiten besteht eine Zurückhaltung, wenn es um persönliche resp. psychische Themen geht. Es fragt sich also, ob die verbreitete Meinung, dass die «Jungen» ganz anders mit dem Thema psychische Belastungen

umgehen, wirklich zutrifft. Zumindest für den Ausbildungs- resp. Arbeitskontext scheint die Hürde, über psychische Probleme zu sprechen, weiter zu bestehen.

## Impulse für die Praxis

- Lehrbeginn: Enge Begleitung in den ersten Wochen und Integration ins Team.
- Interesse zeigen: Eine Präventionsmassnahme, die im Alltag für alle anwendbar ist und viel bewirken kann.
- Respektvoll bleiben: Auf freundliche Arbeitsatmosphäre achten. Anschreien ist tabu.
- Selbstwirksamkeit stärken: Lernenden ermutigen, etwas zu wagen, ihnen etwas zutrauen, an sie glauben, sie bestärken, dranzubleiben, auch wenn es mal schwierig ist – aber achtsam sein gegenüber Anzeichen von Überforderung.
- Gutes Lernklima schaffen: Eine offene Fehlerkultur vorleben, offene Tür bei Unsicherheiten, Problemen, Nachfragen.

## Quellen

- Basler, A., & Kriesi, I. (2022). *Die Veränderung informeller Kompetenzen zwischen dem Ende der obligatorischen Schulzeit und dem frühen Erwachsenenalter* (<https://zenodo.org/records/7040424>). *Swiss Journal of Sociology*, 48(2), 285-315.
- Egger, T., Lamamra, N., & Gonon, P. (2024). *Weiterbildungsbedarf und Weiterbildungswünsche von Berufsbildnerinnen und Berufsbildnern* (<https://www.ehb.swiss/forschung/publikationen/wenger-m-lamamra-n-2024-weiterbildungsbedarf-und-weiterbildungswuensche-von>). Zollikofen: Eidgenössische Hochschule für Berufsbildung EHB.
- Liamlahi, R., Hug, M., & Benz, C. (2019, 8. Mai). *Schlafberatung bei Jugendlichen* (<https://www.paediatrieschweiz.ch/schlafberatung-bei-jugendlichen/>). pädiatrie schweiz. Abgerufen am [heutiges Datum], von
- Rotter, J. B. (1966). Generalized expectancies for internal versus external control of reinforcement (<https://doi.org/10.1037/h0092976>). *Psychological Monographs: General and Applied*, 80(1), 1–28.

- Schmocker, B., Kuhn, T., Frick, U., Schweighauser, C., Baumgartner, R., Diesch, R., Ettl, P., Frei, A., & Baer, N. (2022). Umgang mit psychisch belasteten Lernenden (<https://workmed.ch/wp-content/uploads/2022-03-30-studienbericht-bb-befragung.pdf>) – Eine Befragung von Berufsbildner\*innen in der Deutschschweiz. Binningen: WorkMed.
- Schuler, D., Tuch, A., Buscher, N., & Camenzind, P. (2016). *Psychische Gesundheit in der Schweiz. Monitoring 2016* (<https://www.obsan.admin.ch/de/publikationen/2016-psychische-gesundheit-der-schweiz>) (Obsan Bericht 72). Neuchâtel: Schweizerisches Gesundheitsobservatorium.

---

#### Zitiervorschlag

Schmocker, B., Anastasiou, K., Heimgartner, D., & Baer, N. (2025). Viele sind herausgefordert, nur wenige überfordert. *Transfer. Berufsbildung in Forschung und Praxis* 10 (12).

<https://doi.org/10.64829/13756> (<https://doi.org/10.64829/13756>)

Das vorliegende Werk ist urheberrechtlich geschützt. Erlaubt ist jegliche Nutzung ausser die kommerzielle Nutzung. Die Weitergabe unter der gleichen Lizenz ist möglich; sie erfordert die Nennung des Urhebers.



**Barbara Schmocker**

Barbara Schmocker ist eidg. anerkannte Psychotherapeutin; sie leitet den Fachbereich Ausbildung bei WorkMed.



**Katina Anastasiou**

Katina Anastasiou ist MSc Psychologin und Mitarbeiterin bei WorkMed.



**Debora Heimgartner**

Debora Heimgartner ist MSc Psychologin und Mitarbeiterin bei WorkMed.



**Niklas Baer**

Dr. phil. Niklas Baer ist Psychologe und Leiter des Kompetenzzentrums WorkMed der Psychiatrie Baselland

 Auch von Barbara Schmocker

 Auch von Katina Anastasiou

 Auch von Debora Heimgartner

 Auch von Niklas Baer

 13/10/25  Forschung  <https://doi.org/10.64829/13793>  
(<https://doi.org/10.64829/13793>)

Befragung der Lernenden in der Schweiz, Teil 3: Psychische Gesundheit in der Lehre

## Wie Jugendliche in der Lehre ihren psychischen Belastungen trotzen

Barbara Schmocker, Katina Anastasiou, Debora Heimgartner & Niklas Baer

Wie erleben die Jugendlichen den Schritt in die berufliche Grundbildung? Dies ist die zentrale Frage der Studie «Psychische Gesundheit von Lernenden in der Berufslehre». Ihre Autoren fassen die wichtigsten Ergebnisse in vier Transferbeiträgen zusammen. Der vorliegende, dritte Text vertieft die Frage, wie es den Jugendlichen psychisch geht. Er zeigt, dass rund 60% der Lernenden während der Lehre mindestens schon einmal psychische Probleme hatten. Aber so alarmierend der Befund klingt, so erleben die meisten Jugendlichen die Lehre doch als Ort, wo sie mit Belastungen erfolgreich umzugehen lernen.

---

**Auf die Frage «Hattest du schon mal in der Schule psychische Probleme oder Belastungen?» berichten rund 42% der Lernenden, bereits vor Lehrbeginn psychische Schwierigkeiten gehabt zu haben.**

Die Berufslehre ist für die meisten Jugendlichen ein zentraler Übergang in die Erwachsenenwelt. Sie dient nicht nur der Aneignung fachlicher Kompetenzen, sondern stellt auch eine Phase dar, in der Identität, Selbstwert und Selbstwirksamkeit besonders stark auf dem Prüfstand stehen. Ob Jugendliche diese Phase als bereichernd oder belastend erleben, hängt nicht allein von den Anforderungen in Schule und Betrieb ab, sondern auch davon, wie es um ihre psychische Gesundheit steht. So kann die Lehre als ein Ort gesehen werden, an dem sich die psychische Gesundheit von Lernenden festigen, aber auch ins Wanken geraten kann.

## **Psychische Belastungen schon vor der Lehre**

Die Vorstellung, Jugendliche würden unbelastet in die Lehre eintreten und erst im Verlauf mit Problemen konfrontiert, ist unvollständig. Auf die Frage «Hattest du schon mal in der Schule psychische Probleme oder Belastungen?» berichten rund 42% der Lernenden, bereits vor Lehrbeginn psychische Schwierigkeiten gehabt zu haben. Dabei handelt es sich nicht ausschliesslich um klinisch diagnostizierte Störungen, sondern um ein breites Spektrum an Belastungen: Ängste, depressive Verstimmungen, schulische Überforderung, familiäre Konflikte.<sup>[1]</sup>

Epidemiologische Studien stützen dieses Bild: Die Hälfte aller psychischen Störungen beginnt vor dem 15. Lebensjahr (Kessler et al., 2005). Wer also schon früh mit Belastungen zu kämpfen hatte, bringt sie häufig auch in die Lehre mit. Prävention darf daher nicht erst in der Lehre ansetzen. Entscheidend ist, psychische Schwierigkeiten bereits in der Kindheit und Jugend wahrzunehmen, Jugendliche im Umgang mit diesen Herausforderungen zu stärken und ihnen passende Unterstützung zugänglich zu machen. Was sich in dieser Phase als hilfreich erweist, kann auch beim Übergang in die Lehre weitergeführt und genutzt werden. Eltern, Schulen und Berufsberatung übernehmen dabei eine Schlüsselrolle, sowohl beim frühzeitigen Erkennen als auch beim Begleiten des Übergangs.

## **Belastungen während der Lehre – Symptome, Ursachen und Folgen**

Psychische Probleme sind aber auch während der beruflichen Grundbildung keine Ausnahme. Die Lernenden wurden gefragt, ob sie während der Lehre psychische Probleme, negative Gefühle oder Gedanken, Belastungen oder sogar psychische

Krankheiten oder Krisen erlebt hätten. Mehr als 60% gaben an, während der Lehrzeit mindestens einmal psychisch belastet gewesen zu sein, ein Drittel sogar mehrfach. Besonders häufig genannt werden depressive Symptome, Ängste oder anhaltende Selbstzweifel.

Die Ursachen sind vielfältig. Über die Hälfte der Lernenden benennt Faktoren im Lehrbetrieb oder in der Berufsfachschule (Leistungsdruck, Konflikte im Betrieb, das Gefühl, Anforderungen nicht zu genügen). Daneben spielen auch familiäre Belastungen (49%) oder Probleme im Freundeskreis (31%) eine Rolle. Rund ein Drittel kann keinen klaren Auslöser nennen.

**Rund ein Viertel der Jugendlichen gibt an, dass sich ihre psychischen Probleme direkt auf die Leistung in der Lehre ausgewirkt haben. Absenzen, Konzentrationsschwierigkeiten und Gedanken an einen Lehrabbruch sind typische Folgen.**

Besonders problematisch wird es, wenn mehrere Belastungsfelder zusammenkommen: Jugendliche, die sowohl im Betrieb wie auch im privaten Umfeld Schwierigkeiten haben, zeigen die höchsten Belastungswerte. Rund ein Viertel der Jugendlichen gibt an, dass sich ihre psychischen Probleme direkt auf die Leistung in der Lehre ausgewirkt haben. Absenzen, Konzentrationsschwierigkeiten und Gedanken an einen Lehrabbruch sind typische Folgen. Gleichzeitig zeigt sich: Auch stark belastete Jugendliche halten oft an der Lehre fest. Viele wollen «nicht aufgeben» – ein Hinweis auf bemerkenswerte Resilienz.

## Umgang mit psychischen Problemen

Die meisten Lernenden suchen bei psychischen Herausforderungen in erster Linie im privaten Bereich Hilfe. Von den rund 60% Lernenden, welche in der Befragung angaben, dass sie während der Lehre mindestens schon einmal psychische Probleme hatten, wird besonders die Unterstützung von Freunden (55%) und Familie (45%) als hilfreich erlebt. Rund ein Drittel der Lernenden war wegen psychischer Probleme in einer ärztlichen Behandlung oder Beratung. Dabei zeigt sich ein linearer Zusammenhang: Je schwerwiegender die Probleme wahrgenommen werden, desto häufiger wird professionelle Hilfe in Anspruch genommen. Dabei wirkt sich die Behandlung subjektiv positiv auf das Wohlbefinden aus, doch im Kontext der Ausbildung zeigt sich dieser Effekt lediglich bei einem Drittel der Lernenden.

Berufsbildende und Lehrpersonen werden von der grossen Mehrheit der Lernenden als engagiert und unterstützend erlebt. Fachliche Förderung, ernst genommen werden, ein respektvoller Umgang – all das trägt entscheidend zum Wohlbefinden bei. Trotzdem wird im Ausbildungsumfeld kaum über psychische Belastungen gesprochen: Bei 78% fand wegen der Probleme weder ein Gespräch im Lehrbetrieb noch in der Berufsfachschule statt. Gespräche mit der Lehraufsicht kamen in nur 8% der Fälle vor. Dieses Muster zeigt sich über die Sprachregionen hinweg sehr ähnlich. Die Gründe dafür sind vielschichtig, wobei Mehrantworten möglich waren: 36% wollen es «alleine schaffen», 26% der Lernenden wissen nicht, wie man über «solche Dinge» spricht oder ob es schon «schlimm genug» ist, 23% glauben, man würde sie nicht verstehen und je rund 20% vertrauen den Verantwortlichen nicht, schämen sich oder wollen niemanden mit ihren Problemen belasten.

**Entscheidend ist, Hemmschwellen abzubauen und zu zeigen: Psychische Probleme sind kein Tabu. Der geringe Anteil von nur 1,5 bis 2% der Lernenden, die bestehende Beratungsstellen nutzen, verdeutlicht, dass die vorhandenen Angebote kaum greifen.**

Es zeigt sich, dass Lernende auf psychische Belastungen häufig mit Rückzug reagieren – etwa durch Absenzen, Gedanken an einen Lehrabbruch oder indem sie im Ausbildungskontext schweigen. Psychische Probleme bleiben dadurch oft aus Scham oder Unsicherheit unsichtbar. Für Betriebe und Schulen ergibt sich daraus die Herausforderung, Räume für Gespräche zu schaffen und Ansprechpersonen zu benennen, die niederschwellig und vertrauensvoll unterstützen können – unabhängig vom Schweregrad. Entscheidend ist, Hemmschwellen abzubauen und zu zeigen: Psychische Probleme sind kein Tabu. Der geringe Anteil von nur 1,5 bis 2% der Lernenden, die bestehende Beratungsstellen nutzen, verdeutlicht zudem, dass die vorhandenen Angebote kaum greifen. Damit Lernende ein Unterstützungsangebot annehmen, soll es vor allem kostenlos und anonym sein.

Psychische Gesundheit ist nie nur eine individuelle Frage, sondern auch eine Beziehungsfrage. Auch familiäre Unterstützung bleibt während der Lehre zentral – auch wenn Jugendliche zunehmend Autonomie anstreben. Fehlt diese Unterstützung, erhöht sich das Risiko für Schwierigkeiten im Lehrverlauf deutlich (Schmocker et al., 2022).

## **Selbstwert, Selbstwirksamkeit und Umgang mit Frust**

Lernende reagieren auf Frustration und Defizite unterschiedlich. Viele versuchen, ihre Reaktionen zu kontrollieren (62%) oder planen Schritte, um ihre Situation zu

verbessern. Gleichzeitig treten Selbstvorwürfe, Zweifel oder Scham auf, besonders bei weiblichen Lernenden (70%). Im Umgang mit Defiziten suchen die meisten aktiv nach Lösungen, etwa indem sie Unterstützung bei Berufsbildnerinnen oder Kollegen suchen oder zuhause mehr lernen. Ein kleiner Teil (16%) erwägt einen Lehrabbruch.

Der Umgang mit Belastungen hängt stark vom Selbstwertgefühl und ihrem Vertrauen in die eigene Wirksamkeit ab. Lernende mit hohem Selbstwert und hoher Selbstwirksamkeit entwickeln häufiger konstruktive Strategien: Sie planen ihre nächsten Schritte, suchen Hilfe, behalten den Überblick und handeln lösungsorientiert. Wer dagegen einen niedrigen Selbstwert oder geringe Selbstwirksamkeit hat, reagiert eher mit Rückzug, Scham, Selbstzweifeln oder emotionalen bzw. vermeidenden Reaktionen. Rund ein Viertel der Lernenden weist eine geringe Selbstwirksamkeit auf und hat demnach wenig Vertrauen, Herausforderungen erfolgreich bewältigen zu können. Positiv ist: Über die Lehrjahre hinweg steigt das Erleben von Selbstwirksamkeit deutlich an. Viele Jugendliche wachsen trotz Schwierigkeiten an ihren Erfahrungen. Dieses «daran wachsen» ist ein wichtiger Schutzfaktor. Für die Praxis bedeutet das: Lehrbetriebe und Schulen sollten gezielt Erfolgserlebnisse ermöglichen. Lernende, die sich selbstwirksam erleben, gelingt es besser, ihr Potenzial während der Lehre gut zu entfalten. Schon kleine, sichtbare Fortschritte stärken Selbstwert und Selbstwirksamkeit und tragen damit wesentlich zur psychischen Gesundheit bei (Bandura, 1997).

## Ressourcen, Stolz und positive Förderung

**Bei aller Belastung dürfen die positiven Erfahrungen nicht übersehen werden. Ein Grossteil der Lernenden besitzt Berufsstolz (87%) und eine grosse Mehrheit berichtet von deutlichem Wachstum seit Lehrbeginn.**

Bei aller Belastung dürfen die positiven Erfahrungen nicht übersehen werden. Ein Grossteil der Lernenden besitzt Berufsstolz (87%) und eine grosse Mehrheit berichtet von deutlichem Wachstum seit Lehrbeginn – fachlich wie persönlich. Mehr Selbstvertrauen, mehr Eigenverantwortung, mehr Motivation: Viele Jugendliche sind stolz auf das, was sie leisten.

Erfolgserlebnisse, konstruktives Feedback und das Zutrauen, Herausforderungen selbst zu meistern, sind zentrale Schutzfaktoren. Sie fördern psychische Stabilität und geben Kraft, auch schwierige Phasen zu überstehen. Positive Förderung bedeutet nicht, Belastungen kleinzureden. Vielmehr geht es darum, Lernende in ihrer Fähigkeit

zu unterstützen, Lösungen zu entwickeln und Verantwortung zu übernehmen – bei gleichzeitiger Begleitung.

## Fazit und Handlungsimplikationen

Psychische Belastungen sind in der Lebensrealität von Lernenden weit verbreitet. Sie beginnen oft schon vor Lehrbeginn und setzen sich während der Lehre fort. Doch die Lehre ist nicht nur Risikofeld, sondern auch eine enorme Chance: Viele Jugendliche wachsen an ihren Erfahrungen, entwickeln Selbstvertrauen und Stolz.

Damit dies gelingt, braucht es die Unterstützung von Betrieben, Schulen und engen Bezugspersonen. Zentral sind:

- **Prävention muss früh ansetzen:** Psychische Belastungen früh erkennen, Bewältigungsstrategien fördern und diese Unterstützung beim Übergang in die Lehre fortführen.
- **Offene Gesprächskultur:** Psychische Probleme enttabuisieren.
- **Rolle von Bezugspersonen:** Eltern, Freundinnen und Freunde sind wichtig bei alltäglichen psychischen Belastungen, Fachpersonen bei schwerwiegenden Problemen zentral.
- **Selbstwirksamkeit stärken:** Erfolgserlebnisse und Vertrauen in die eigene Problemlösefähigkeit als zentrale Schutzfaktoren fördern.

[1] Auffallend hier, dass der Anteil weiblicher Lernenden mit 55.2% deutlich höher ist als der Anteil an männlichen Lernenden (32.7%). Grundsätzlich berichten gemäss weiteren Studien v.a. junge Frauen häufig von höheren psychischen Belastungen (wobei als mögliche Antworten verschiedene Hypothesen gebildet werden, z.B. dass es Unterschiede in der Emotionswahrnehmung- und Verarbeitung gibt, biologische resp. hormonelle Faktoren oder auch Unterschiede bzgl. Leistungs- und Anpassungsdruck).

## Literaturhinweise

- Bandura, A. (1997). *Self-Efficacy: The Exercise of Control*. W. H. Freeman & Company: New York.
- Kessler, R.C., Berglund, P., Demler, O., Jin, R., Merikangas, K.R., & Walters, E.E (2005). Lifetime prevalence and age-of-onset distributions of DSM-IV disorders in the National Comorbidity Survey Replication (<https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/15939837/>). *Arch Gen Psychiatry*. Jun;62(6):593-602.

- Peter, C., Tuch, A. & Schuler, D. (2023). *Psychische Gesundheit – Erhebung Herbst 2022* (<https://www.obsan.admin.ch/de/publikationen/2023-psychische-gesundheit-erhebung-herbst-2022>). *Wie geht es der Bevölkerung in der Schweiz? Sucht sie sich bei psychischen Problemen Hilfe? (Obsan Bericht 03/2023)*. Neuchâtel: Schweizerisches Gesundheitsobservatorium.
- Schmocker, B., Kuhn, T., Frick, U., Schweighauser, C., Baumgartner, R., Diesch, R., Ettlin, P., Frei, A., & Baer, N. (2022). Umgang mit psychisch belasteten Lernenden (<https://www.bgm-zh.ch/wp-content/uploads/2023/10/Umgang-mit-psychisch-belastenden-Lernenden.pdf>) – Eine Befragung von Berufsbildner\*innen in der Deutschschweiz. Binningen: WorkMed.

---

#### Zitiervorschlag

Schmocker, B., Anastasiou, K., Heimgartner, D., & Baer, N. (2025). Wie Jugendliche in der Lehre ihren psychischen Belastungen trotzen. *Transfer. Berufsbildung in Forschung und Praxis* 10 (13).

<https://doi.org/10.64829/13793> (<https://doi.org/10.64829/13793>)

Das vorliegende Werk ist urheberrechtlich geschützt. Erlaubt ist jegliche Nutzung ausser die kommerzielle Nutzung. Die Weitergabe unter der gleichen Lizenz ist möglich; sie erfordert die Nennung des Urhebers.



**Barbara Schmocker**

Barbara Schmocker ist eidg. anerkannte Psychotherapeutin; sie leitet den Fachbereich Ausbildung bei WorkMed.



**Katina Anastasiou**

Katina Anastasiou ist MSc Psychologin und Mitarbeiterin bei WorkMed.



**Debora Heimgartner**

Debora Heimgartner ist MSc Psychologin und Mitarbeiterin bei WorkMed.



**Niklas Baer**

Dr. phil. Niklas Baer ist Psychologe und Leiter des Kompetenzzentrums WorkMed der Psychiatrie Baselland

📖 Auch von Barbara Schmocker

📖 Auch von Katina Anastasiou

📖 Auch von Debora Heimgartner

📖 Auch von Niklas Baer

🕒 17/11/25    🔍 Forschung    🌐 <https://doi.org/10.64829/14107>  
(<https://doi.org/10.64829/14107>)

## Befragung der Lernenden in der Schweiz, Teil 4: Sechs Typen von Lernenden

# Die Lehre ist für belastete Jugendliche eine grosse Chance – wenn man sie richtig begleitet

Barbara Schmocker, Katina Anastasiou, Debora Heimgartner & Niklas Baer

Im Rahmen der Studie «Psychische Gesundheit von Lernenden in der Berufslehre» wurde auch eine Typologie der Jugendlichen in der Lehre erstellt. Sie steht im Zentrum des vorliegenden Beitrags. Gefunden wurden sechs Typen, die sich in vielerlei Hinsichten unterscheiden: Ob die Lehre, die sie durchlaufen, ihrem Wunsch entspricht, wie stark sie psychisch belastet sind und andere Aspekte mehr. Dabei wurden ausschliesslich Merkmale berücksichtigt, die die Situation der Lernenden vor Beginn der Lehre beschreiben. Die Typologie hilft bei der Feststellung des unterschiedlichen Bedarfs der Jugendlichen an Unterstützung. Der vorliegende Beitrag schliesst die vierteilige Berichterstattung über die WorkMed-Studie ab.

---

Die Berufslehre ist für die meisten Jugendlichen ein zentraler Übergangsort in die Erwachsenenwelt. Sie ist nicht nur mit der Aneignung fachlicher Kompetenzen verbunden, sondern stellt auch eine Phase dar, in der Identität, Selbstwert und Selbstwirksamkeit besonders stark auf dem Prüfstand stehen. Ob Jugendliche diese Zeit als bereichernd oder belastend erleben, hängt nicht allein von den Anforderungen in Schule und Betrieb ab, sondern auch davon, wie es um ihre psychische Gesundheit steht. Und es hängt auch von ihrer Biografie ab.

**Die Identifikation unterschiedlicher Typen ist praktisch relevant, weil sich dadurch Gruppen mit unterschiedlichem Bedarf an Förderung oder Unterstützung beschreiben liessen.**

Da es sich bei den Lernenden hinsichtlich Ausgangslage, psychische Gesundheit und erlebtem Lehrverlauf nicht um eine homogene Personengruppe handelt, wurde untersucht, ob sich statistisch Typen bilden lassen, das heisst, ob es (Unter-)Gruppen von Lernenden gibt, die sich in mehreren Merkmalen ähnlich sind. Die Identifikation unterschiedlicher Typen ist praktisch relevant, weil sich dadurch Gruppen mit unterschiedlichem Bedarf an Förderung oder Unterstützung beschreiben liessen. Zudem kann eine Typologie, auch wenn sie naturgemäss etwas plakativ bleibt, das Verständnis, die Einordnung und die Veranschaulichung der umfangreichen Daten erleichtern.

Für die Berechnung der Typologie wurden ausschliesslich Merkmale berücksichtigt, die die Situation der Lernenden vor Beginn der Lehre beschreiben. Ziel war es, Gruppen zu identifizieren, die unterschiedliche Ausgangslagen und Voraussetzungen der Lernenden abbilden.

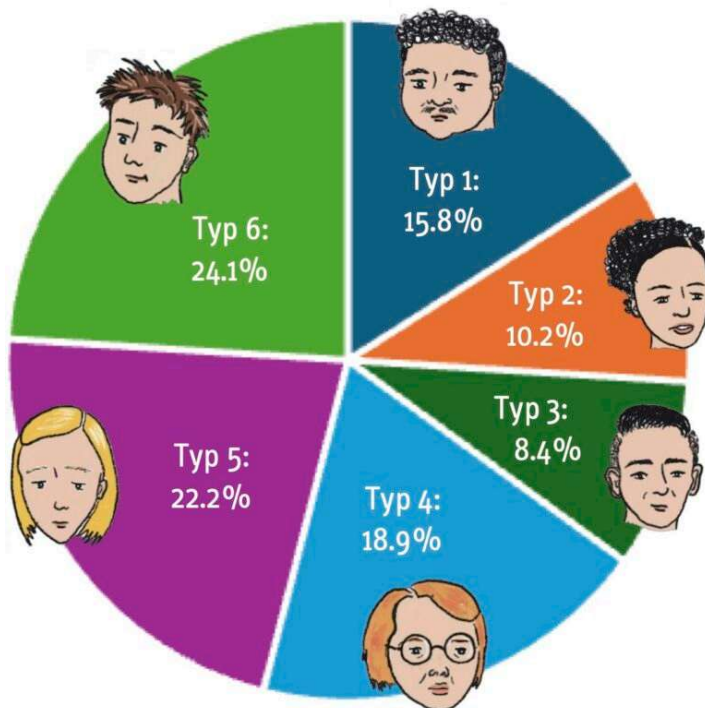
In die Analyse einbezogen wurden neun dichotomisierte Variablen und zwei weitere Angaben:

1. familiäre Unterstützung (mehr/weniger)
2. frühere Lehrabbrüche (ja/nein)
3. psychische Probleme vor der Lehre (ja/nein)
4. Vorfreude auf die Lehre (mehr/weniger)
5. Sorgen vor der Lehre (mehr/weniger)
6. familiäre Belastungen (mehr/weniger)
7. soziale Unterstützung (mehr/weniger)
8. vorhandene Vertrauenspersonen (mehr/weniger)
9. gewählte Lehrstelle war Notlösung (ja/nein)

## 10. mittlerer Schulabschluss

### 11. Geschlecht

Im Folgenden werden die sechs Typen beschrieben, die sich aufgrund der Ausgangslage der Lernenden unterscheiden.<sup>[1]</sup> Anschliessend liegt der Fokus darauf, wie diese Gruppen mit verschiedenen Herausforderungen während der Lehre umgehen – etwa mit Belastungen, Frustrationen, Defiziten oder Konflikten. Dadurch wird sichtbar, dass sich die unterschiedlichen Startbedingungen auch im Erleben und Bewältigen des Ausbildungsalltags widerspiegeln können.



Verteilung der Typen auf das Gesamt der untersuchten Kohorte von 41'255 Lernenden.

#### Typ 1: Viele blicken auf einen Lehrabbruch zurück



([https://transfer.vet/wp-content/uploads/2025/10/kopf\\_1.jpg](https://transfer.vet/wp-content/uploads/2025/10/kopf_1.jpg)) Diesen Typ belegen fast ausschliesslich männliche Lernende. Rund 85% freuten sich auf die aktuelle Lehrstelle, nur 11% nahmen sie als Notlösung, weil keine andere Lehrstelle verfügbar war.

Vertrauenspersonen und familiäre Belastung sind in einem mittleren Mass vorhanden. Bereits vor Lehrbeginn hatten 56% psychische Probleme und 28% haben zuvor schon einmal eine Lehre abgebrochen – die vergleichsweise höchste Rate. In der Sekundarschule erreichten sie oft nur ein niedriges Niveau, teilweise mit Repetitionen. Weiter fällt auf, dass es häufiger zu körperlichen Auseinandersetzungen kam.

## Typ 2: Multiple Belastungen



([https://transfer.vet/wp-content/uploads/2025/10/kopf\\_2.jpg](https://transfer.vet/wp-content/uploads/2025/10/kopf_2.jpg)) Dieser Typ besteht überwiegend aus Frauen (62%). 71% freuten sich auf die Lehrstelle, 29% nicht, und fast alle machten sich Sorgen, insbesondere, dass sie nicht akzeptiert würden oder Konflikte entstehen könnten. Fast 40% wählten die Lehrstelle, weil sie keine andere fanden. Viele haben keine Vertrauensperson, die familiäre Belastung ist hoch (30%), und über 90% erfahren geringe Unterstützung. Bereits vor der Lehre hatten 90% psychische Probleme und 14% brachen eine vorherige Lehrstelle ab. Ihre Leistungen in der Sekundarschule waren oft eher bescheiden, mit Repetitionen, Leistungsproblemen und körperlichen Konflikten; ein Migrationshintergrund ist häufig. Besonders charakteristisch ist die Kombination aus hoher psychischer Belastung, geringer sozialer Unterstützung und grosser Sorge vor der Lehrstelle, die diesen Typ deutlich von allen anderen abhebt.

## Typ 3: Nicht viel Vorfreude auf die Lehre

([https://transfer.vet/wp-content/uploads/2025/10/kopf\\_3.jpg](https://transfer.vet/wp-content/uploads/2025/10/kopf_3.jpg)) Dieser Typ ist überwiegend männlich, und in über 90% der Fälle ist die aktuelle Lehre für sie eine Notlösung – das unterscheidet ihn von allen anderen Typen. Entsprechend freuten sich weniger als ein Viertel auf die Lehre. Rund 78% hatten Sorgen, vor allem wegen langer Arbeitszeiten oder mangelndem Verständnis für ihre Probleme. Familiäre Belastungen bestehen teilweise, oft ist ein Elternteil arbeitslos. Psychische Probleme traten leicht überdurchschnittlich auf, und 14% haben zuvor eine Lehrstelle abgebrochen. Die Sekundarschule war oft auf niedrigem Niveau. Und es zeigen sich körperliche Auseinandersetzungen, die Klasseneingliederung ist jedoch gut. Häufig liegt ein Migrationshintergrund vor.

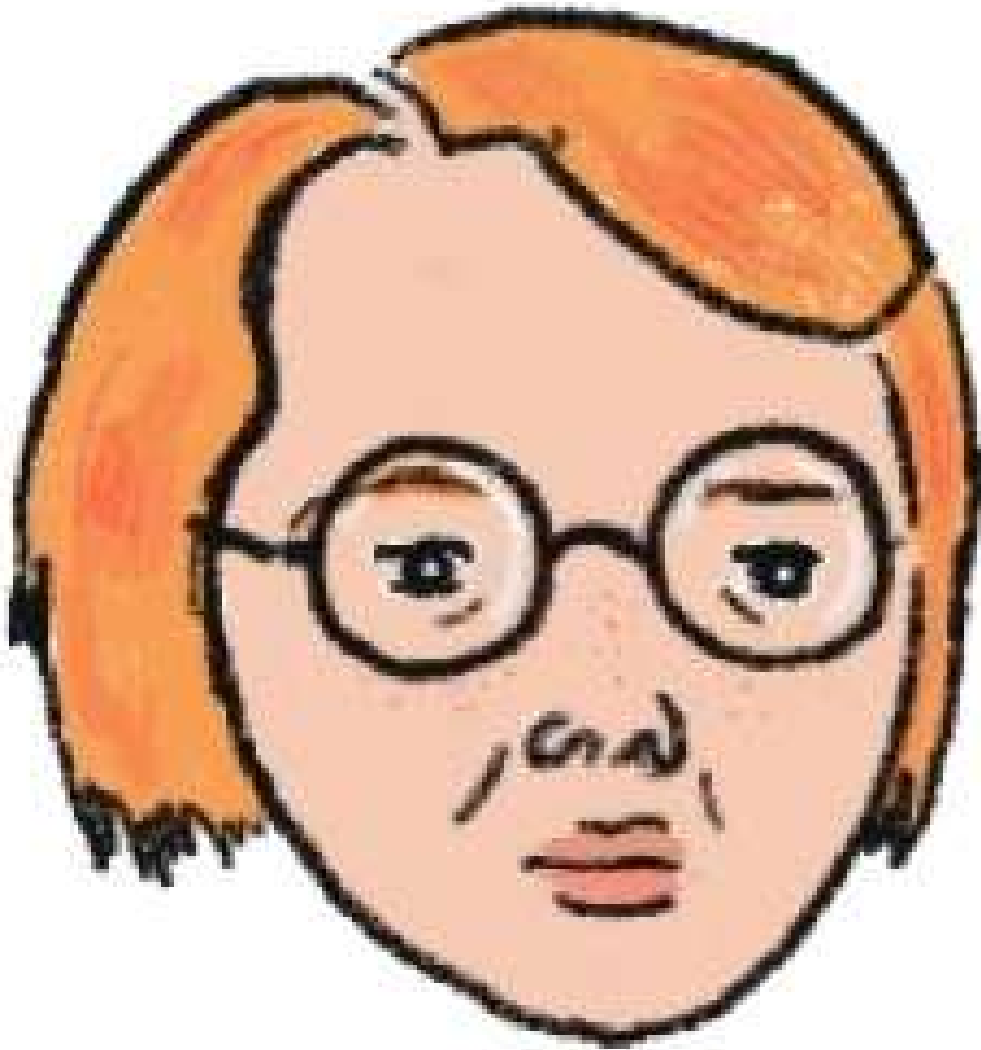
## Typ 4: Leistungsfähig, aber sozial isoliert

([https://transfer.vet/wp-content/uploads/2025/10/kopf\\_4.jpg](https://transfer.vet/wp-content/uploads/2025/10/kopf_4.jpg)) Diesen Typ prägen exklusiv weibliche Lernende. Fast alle freuten sich auf ihre Lehre, die meist ihre erste ist, doch 75% machten sich Sorgen, dass man sie nicht mögen würde und dass es schulisch zu anspruchsvoll sein könnte. Sie haben keine Vertrauenspersonen und sind familiär hoch belastet. Fast alle hatten vor der Lehre psychische Probleme. Frühere Lehrabbrüche sind kaum vorhanden. Die Sekundarschule wurde meist auf höchstem Niveau und mit guten Leistungen absolviert, gleichzeitig haben sie Mobbing und Klassenwechsel erlebt. Viele sind aktuell in einer psychotherapeutischen Behandlung. Besonders auffällig ist die hohe Leistungsfähigkeit trotz sozialer Isolation und psychischer Belastung.



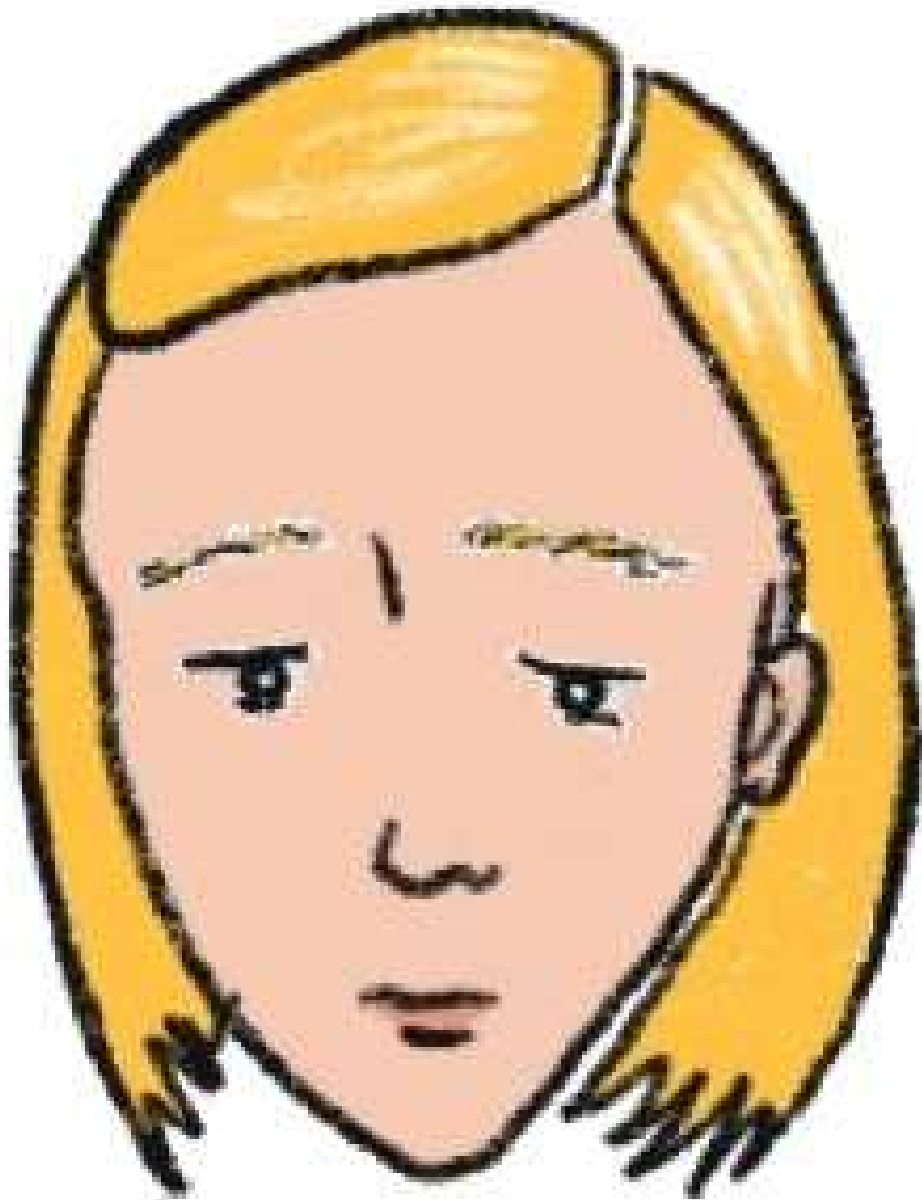
### Typ 5: Integriert, begabt und ängstlich

([https://transfer.vet/wp-content/uploads/2025/10/kopf\\_5.jpg](https://transfer.vet/wp-content/uploads/2025/10/kopf_5.jpg)) Dieser Typ ist hinsichtlich Geschlechterverteilung am ausgeglichensten. Die Mehrheit freute sich auf die gewünschte Lehre, zeigte jedoch sehr häufig viele Sorgen hinsichtlich schulischer Anforderungen, sozialer Integration und langen Arbeitszeiten. Die Lehrstelle entspricht dem Wunschberuf. Soziale Integration und Unterstützung durch Vertrauenspersonen sind sehr gut, familiäre Unterstützung stark, psychische Probleme selten. Frühere Lehrabbrüche gibt es nicht. Rund 70% verfügen über einen höheren Sekundarschulabschluss. Besonders charakteristisch ist die gute soziale Integration bei gleichzeitig überdurchschnittlicher Sorge vor der Lehrstelle, die diesen Typ vorsichtig, aber leistungsfähig macht.



### Typ 6: Psychisch kaum belastet und erfolgreich

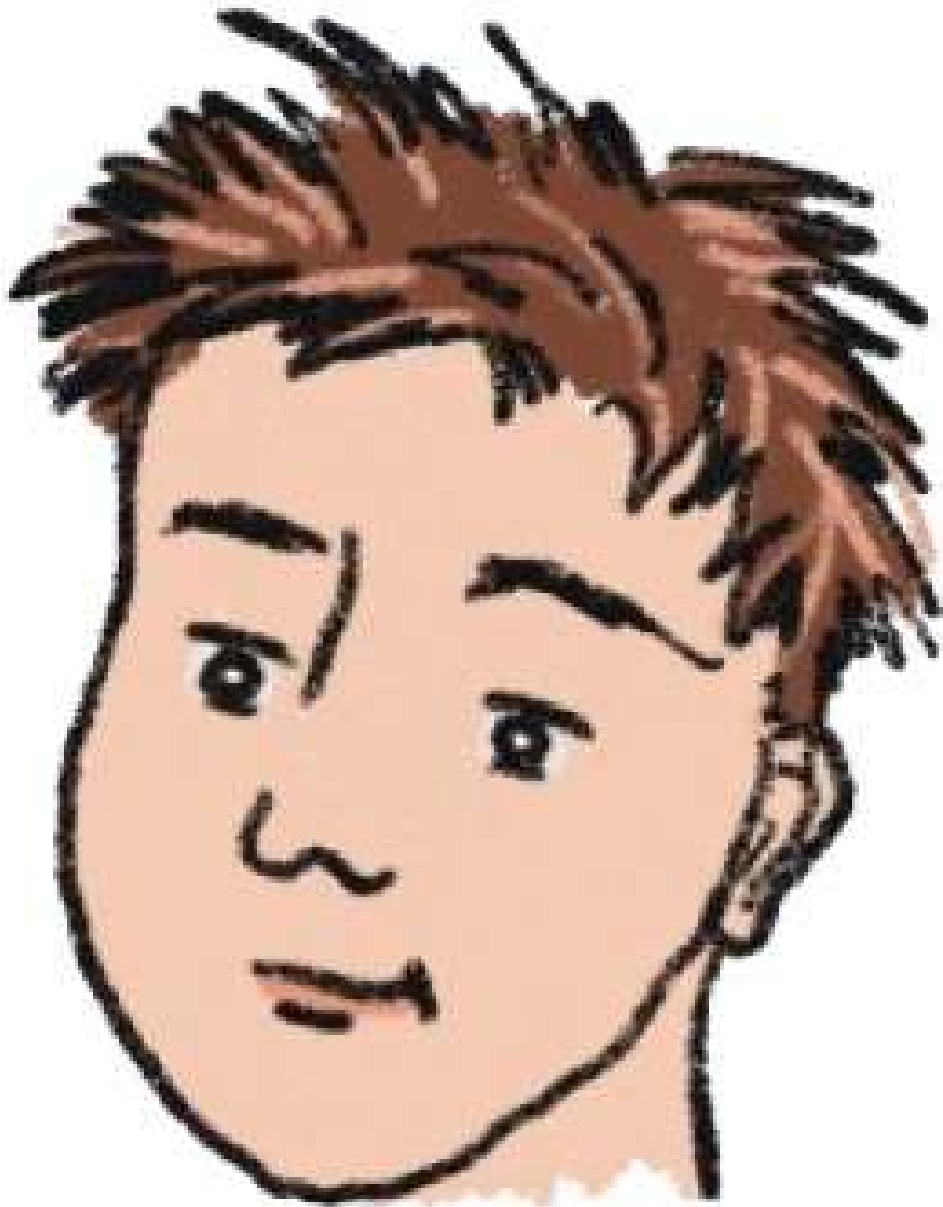
([https://transfer.vet/wp-content/uploads/2025/10/kopf\\_6.jpg](https://transfer.vet/wp-content/uploads/2025/10/kopf_6.jpg)) Diese Gruppe ist zu 80% männlich. Diese Jugendlichen freuten sich auf die Lehre und hatten praktisch keine Sorgen, dass es da Probleme geben könnte. Der Lehrberuf ist der Wunschberuf; sehr gute soziale Integration, Freunde und Vertrauenspersonen sind vorhanden. Diese Jugendlichen sind familiär kaum belastet und erleben viel Unterstützung. Vor der Lehrstelle gab es keine psychischen Probleme, frühere Lehrabbrüche praktisch nie. Sekundarschule überwiegend auf höherem Niveau, keine Leistungsprobleme. Danach häufig EFZ-Lehre mit Berufsmaturität. Besonders auffällig ist die nahezu vollständige Abwesenheit jeglicher Belastung, wodurch dieser Typ stabiler, erfolgreicher und klar von allen anderen Typen unterscheidbar ist.



## Wie unterscheiden sich die Typen hinsichtlich Gedanken an den Lehrabbruch?

In den bereits publizierten Beiträgen<sup>[2]</sup> wurde erörtert, dass rund die Hälfte der Lernenden bereits mindestens einmal an einen Lehrabbruch gedacht hat. In Bezug auf die sechs Typen zeigt sich, dass solche Gedanken beim Typ 2 (multiple Belastungen) und Typ 3 (keine Vorfreude auf die Lehre) besonders häufig vorkommen (in 73 respektive 72% der Fälle). Aber auch Typ 5, der sich durch die häufigen Sorgen definiert, machen sich 60% Gedanken zu einem Lehrabbruch. Am wenigsten zieht Typ 6 (psychisch kaum belastet und erfolgreich) einen Lehrabbruch in Erwägung (31%).

Die Gründe, warum die Ausbildung bisher nicht abgebrochen wurde, sind bei den verschiedenen Typen unterschiedlich. Am häufigsten sagen die Befragten, dass sie nicht aufgeben wollten – das gilt für Typ 4 und Typ 5 zu rund 85 bis 90%, aber nur



für 70% bei Typ 3; hier war der häufigste Grund, dass die Eltern gegen einen Abbruch waren (rund 50%). Dagegen gaben Typ 4 und Typ 5 oft an, dass andere an sie geglaubt haben (etwa 45%). Andere Gründe – ein Abteilungswechsel, neue Aufgaben oder bessere Noten – wurden insgesamt generell viel seltener genannt.

**Die Gründe, warum Lernende ihre Ausbildung trotz Abbruchgedanken fortsetzen, unterscheiden sich deutlich zwischen den Typen.**

Die Gründe, warum Lernende ihre Ausbildung trotz Abbruchgedanken fortsetzen, unterscheiden sich deutlich zwischen den Typen. Besonders interessant ist dabei Typ

5, der sich zwar häufig Sorgen macht und über einen Lehrabbruch nachdenkt, gleichzeitig aber meist aus stabilen Verhältnissen stammt und schulisch gut unterwegs ist. Hier könnten ängstliche Tendenzen eine wesentliche Rolle spielen. Auffällig ist auch der Typ 3, der v.a. aus extrinsisch motivierten Gründen (z.B. Eltern wollten, dass die Lehre nicht abgebrochen wird) in der Lehre bleibt; er war von von Beginn weg nicht überzeugt von der Lehre, hat sich nicht darauf gefreut und sich eher Sorgen gemacht.

## **Nicht jeder Typ geht mit Herausforderungen in gleicher Weise um**

*Darüber reden.* Beim Umgang mit psychischen Problemen zeigen sich klare Unterschiede. Auf die Frage, warum sie nicht mit den Verantwortlichen in der Ausbildung über ihre Probleme gesprochen haben, sagen Lernende des Typ 2 (multiple Belastungen) und Typ 4 (leistungsfähig, aber sozial isoliert) häufiger, weil sie nicht sicher gewesen sind, ob die Probleme schon schwerwiegend genug sind (30 bis 35%). Mehr als ein Drittel der Lernenden des Typs 2 sagen, dass sie nicht wissen, wie man über «solche» Themen spricht. Den Typen 3 (keine Vorfreude auf die Lehre), 4 und 5 (integriert, begabt und ängstlich) geht es ähnlich (jeweils rund 30%). Typ 6 (psychisch kaum belastet und erfolgreich) ist von allen Typen am zuversichtlichsten, dass er verstanden worden wäre. Diese Lernenden haben auch häufiger das Gefühl, dass sie wissen, wie sie über ihre Belastungen sprechen können.

Im Folgenden vertiefen wir die Analysen zum Umgang mit Frustration, Defiziten und Konflikten und verdeutlichen weitere Unterschiede.

*Was passiert, wenn die Jugendlichen Frustrationen erleben?*

**Typ 2 und Typ 4 berichten häufiger darüber, ihre Reaktionen schlecht kontrollieren zu können. Typ 2 gibt besonders oft an, wütend und laut zu werden, und beide Typen machen sich häufig selbst Vorwürfe, zweifeln oder schämen sich.**

Typ 2 und Typ 4 berichten häufiger darüber, ihre Reaktionen schlecht kontrollieren zu können. Typ 2 gibt besonders oft an, wütend und laut zu werden, und beide Typen machen sich häufig selbst Vorwürfe, zweifeln oder schämen sich. Bei Typ 6 tritt dies am wenigsten auf (35%). Auch die Tendenz, sich in Frust hineinzusteigern, ist bei Typ 2 besonders hoch (71%). Typ 5 und Typ 6 hingegen planen häufiger konkrete Schritte, um die Situation zu verbessern oder suchen gezielt Unterstützung.

*Was passiert, wenn die Jugendlichen etwas nicht können?*

Lernende der Typen 2 und 3 fragen am seltensten nach Hilfe, wenn sie etwas nicht können und versuchen, es alleine zu schaffen. Gleichzeitig vermeiden sie, was sie nicht oder noch nicht so gut können. Die Hälfte des Typs 2 fühlt sich auch unsicher in solchen Situationen und traut sich nichts mehr zu, während kaum jemand von Typ 6 in solchen Situationen unsicher wird. Neben Typ 2 setzen sich auch Typ 4 und 5 ziemlich unter Druck, weil sie gut sein wollen (65 bis 73%). Typ 5 und Typ 6 zeigen die stabilsten Strategien; sie üben, fragen nach Erklärungen und reflektieren aktiv über Verbesserungsmöglichkeiten.

### *Was passiert, wenn die Jugendlichen in Streit geraten*

Typ 2 und Typ 3 greifen häufiger vermeidende Strategien: Sie bleiben bei Konflikten eher zuhause (20 bis 25%) oder gehen der Konfliktperson aus dem Weg (rund 70%), sie sagen am häufigsten nichts und versuchen, sich «durchzubeissen». Gleichzeitig zeigen über alle Typen hinweg fast zwei Drittel, dass sie Konflikte reflektieren, überlegen, wie sie entstanden sind, und wollen sich mit Kolleginnen und Kollegen austauschen. Typ 5 und Typ 6 greifen häufiger aktiv das Gespräch auf, um Konflikte zu klären.

## **Wo spielen diese Typen und damit die Biografie eine Rolle – und wo nicht?**

Zusammenfassend kann beschrieben werden, dass die sechs Typen nicht nur unterschiedliche Ausgangslagen haben, sondern während der Lehre auch verschiedene Bewältigungsstrategien, Sorgen und Reaktionsmuster aufweisen. Belastete Typen wie 2 und 3 reagieren stärker auf Frustrationen, Defizite und Konflikte, während Typen mit wenigen Belastungen wie der Typ 6 stabiler, kontrollierter und reflektierter agieren.

Weiter wurde untersucht, welche Faktoren psychische Probleme in der Lehre, das Wachstum der Lernenden oder den Lehrerfolg in welchem Mass beeinflussen (*Anmerkung*: alle statistischen Effekte sind sehr gross). Hier zeigt sich ebenfalls, dass der Lernenden-Typ eine entscheidende Rolle spielt.

**So beeinflusst der Typ (und damit die Vorgeschichte und frühere psychische Probleme) besonders stark, ob in der Lehre psychische Probleme erlebt werden.**

So beeinflusst der Typ (und damit die Vorgeschichte und frühere psychische Probleme) besonders stark, ob in der Lehre psychische Probleme erlebt werden. Weniger starke, aber auch wichtige Faktoren sind die Selbstwirksamkeit der Lernenden und die Unterstützung durch Berufsbildende, ein positives Betriebsklima und das positive Erleben der Lehre (Stolz, Interesse, Sinn). Die Lehrbedingungen haben aber bei Lernenden mit sehr ungünstigen Startbedingungen vergleichsweise wenig Einfluss auf die psychische Problematik. Bei weniger vorbelasteten Lernenden können durch positive Bedingungen (Unterstützung und positives Klima) psychische Probleme gemildert respektive bei fehlenden günstigen Bedingungen verschärft werden.

Betrachtet man das Ausmass an persönlichem Wachstum und Entwicklung seit Lehrbeginn, so sind die folgenden Faktoren besonders wichtig: Einstellung und Verhalten der Lernenden selbst (Selbstwirksamkeit), ein positives Klima im Lehrbetrieb und in der Berufsfachschule, eine gute Unterstützung durch die Berufsbildenden und die Vorgeschichte (Belastungen vor der Lehre). Hier spielen frühere oder aktuelle psychische Probleme eine untergeordnete Rolle.

Bzgl. der Leistung (selbsteingeschätzte, fachliche, soziale und personale Kompetenzen) der Lernenden sind wiederum die Selbstwirksamkeit der Lernenden, die Unterstützung durch die Klassenlehrperson, ein positives Klima an der Berufsfachschule und im Lehrbetrieb und die Unterstützung durch die Berufsbildenden zentral. Auch hier spielen frühere oder aktuelle psychische Probleme eine untergeordnete Rolle.

## Fazit und Handlungsimplikationen

Die Biografie und das Vorhandensein von Problemen vor Lehrbeginn sagen das Auftreten von psychischen Problemen während der Lehre am besten voraus. Ausgangslage oder eben «der Typ» beeinflusst hingegen kaum oder gar nicht, wie sich die Lernenden in der Berufslehre persönlich entwickeln und welche Leistungen sie erbringen.

Das bedeutet, dass die berufliche Grundbildung für Lernende und ihre Entwicklung generell, besonders aber für solche, die Belastungen in der Biografie mitbringen, eine grosse Chance ist. Diese Chance eröffnet sich allerdings erst oder vor allem dann, wenn Lernende Unterstützung durch Berufsbildende und Lehrpersonen erleben und in Betrieb und Schule ein positives Klima wahrnehmen.

Die Typologie verdeutlicht, dass Lernende mit unterschiedlicher Ausgangslage sehr unterschiedlich auf die Anforderungen der Lehre reagieren. Deshalb kann eine einzige

Form der Unterstützung nicht allen gerecht werden. Entscheidend ist, die spezifischen Ausgangslagen und Verhaltensmuster zu erkennen und die Begleitung der Lernenden entsprechend darauf abzustimmen.

- So profitieren Lernende mit mehrfachen Belastungen (Typ 2) besonders von einem verlässlichen Beziehungsumfeld, klaren Strukturen und einer eng abgestimmten Zusammenarbeit von Lehrbetrieb, Schule und externen Fachstellen.
- Lernende, die ihre Ausbildung ohne echte Vorfreude beginnen (Typ 3), bleiben oft wegen äusserem Druck oder fehlenden Alternativen in der Lehre. Hier kann eine Stärkung der Eigenmotivation und Sinnorientierung wesentlich sein.
- Lernende, die integriert, aber ängstlich sind (Typ 5), sind in der Regel leistungsstark. Sie zeigen jedoch häufig Sorgen und Versagensängste. Für sie ist eine offene, ressourcenorientierte Fehlerkultur zentral.

**Unabhängig von diesen statistisch berechneten Typen bleibt entscheidend, dass Lehrbetriebe und Berufsfachschulen psychische Belastungen im Einzelfall frühzeitig erkennen, Vertrauen und Gesprächsbereitschaft fördern und individuell passende Unterstützungsformen anbieten.**

Unabhängig von diesen statistisch berechneten Typen bleibt entscheidend, dass Lehrbetriebe und Berufsfachschulen psychische Belastungen im Einzelfall frühzeitig erkennen, Vertrauen und Gesprächsbereitschaft fördern und individuell passende Unterstützungsformen anbieten. Wo Lernende sich verstanden fühlen, Beziehungskontinuität und eine gute Arbeitsatmosphäre erleben, steigt die Chance deutlich, dass sie trotz Schwierigkeiten in der Lehre bleiben und ihre Ausbildung erfolgreich abschliessen.

### **Fachliche Unterstützung durch WorkMed**

WorkMed unterstützt Lehrbetriebe und Berufsbildungsverantwortliche darin, passende Unterstützungsformen zu entwickeln und entsprechende Kompetenzen aufzubauen – etwa durch Workshops, die Entwicklung von Unterstützungsprozessen oder als Ansprechpartnerin bei schwierigen Situationen, beispielsweise via telefonische Kurzberatung.

Nähere Informationen finden Sie auf der Webseite von WorkMed

(<http://workmed.ch/angebote/ausbildung>). Oder Sie kontaktieren [kontakt@workmed.ch](mailto:kontakt@workmed.ch).

[1] Die Typologie wurde mittels Latent-Class-Analyse (LCA) mit dem tidySEM R-Paket (van Lissa, 2025) erstellt. Es wurden verschiedene Modelle mit ein bis acht Typen berechnet und hinsichtlich statistischer Gütekriterien (vgl. van Lissa et al., 2023) sowie inhaltlicher Interpretierbarkeit verglichen. Auf dieser Basis wurde eine Sechs-Typen-Lösung gewählt, die eine gute Balance zwischen Differenzierung und Verständlichkeit bietet.

[2]

- Schmocker, B., Anastasiou, K., Heimgartner, D., & Baer, N. (2025). Psychische Gesundheit in der Berufslehre. *Transfer. Berufsbildung in Forschung und Praxis* 10 (11).
- Schmocker, B., Anastasiou, K., Heimgartner, D., & Baer, N. (2025). Molti si trovano a dover affrontare sfide, ma pochi ne vengono sopraffatti. *Transfer. Formazione professionale in ricerca e pratica* 10 (12).
- Schmocker, B., Anastasiou, K., Heimgartner, D., & Baer, N. (2025). Wie Jugendliche in der Lehre ihren psychischen Belastungen trotzen. *Transfer. Berufsbildung in Forschung und Praxis* 10 (13).

---

#### Zitiervorschlag

Schmocker, B., Anastasiou, K., Heimgartner, D., & Baer, N. (2025). Die Lehre ist für belastete Jugendliche eine grosse Chance – wenn man sie richtig begleitet. *Transfer. Berufsbildung in Forschung und Praxis* 10 (14).

<https://doi.org/10.64829/14107> (<https://doi.org/10.64829/14107>)

Das vorliegende Werk ist urheberrechtlich geschützt. Erlaubt ist jegliche Nutzung ausser die kommerzielle Nutzung. Die Weitergabe unter der gleichen Lizenz ist möglich; sie erfordert die Nennung des Urhebers.