

WHITEPAPER

KINDER IM BLICK

Dänische Impulse für Schule und Gesellschaft

Ein Whitepaper zum Wohlbefinden von Kindern und Jugendlichen – und zu der Frage, was Schule und Gesellschaft daraus lernen können.

2. AUSGABE · OKTOBER 2026

VALØR
schulen-einrichten.de

INHALT

Was dich in diesem Whitepaper erwartet

EINFÜHRUNG

Warum dieses Papier? 3

Sichtbar machen statt nur vermuten 4

Acht Fokuspunkte für einen breiteren Blick 5

DIE ACHT FOKUSPUNKTE

01 Sprache für Wohlbefinden 6

02 Unterstützung nach Bedarf statt nach Etikett 7

03 Digitales Leben als gemeinsame Verantwortung 8

04 Schule als Lebensort 9

05 Halt, Vertrauen und Verantwortung 10

06 Gemeinschaft und Freizeit 11

07 Körper, Bewegung und Erholung 12

08 Elternschaft und frühe Unterstützung 13

ZUM SCHLUSS

Was daraus folgen könnte 14

Quellenhinweise 15

Über mich 16

Mehr von mir 17



EINFÜHRUNG

Warum dieses Papier?

Die UNICEF Report Card 20 zeigt: Deutschland schneidet beim Wohlbefinden von Kindern und Jugendlichen im internationalen Vergleich unterdurchschnittlich ab. Dänemark gehört dagegen zu den Ländern, die deutlich besser abschneiden.

Ich bin Dänin und lebe seit vielen Jahren in Deutschland. Deshalb schaue ich auf Schule und Gesellschaft aus zwei Perspektiven.

Für mich ist dieser Vergleich kein Anlass, Dänemark zu idealisieren. Kein Land macht alles richtig, und ein kleineres Land lässt sich nicht einfach auf Deutschland übertragen.

Ein wichtiger Begriff ist dabei „Trivsel“. Er lässt sich nicht eins zu eins ins Deutsche übersetzen. „Sich wohlfühlen“ greift zu kurz. Trivsel beschreibt eher einen Prozess: wie Kinder und Jugendliche aufwachsen, sich entwickeln, dazugehören, Vertrauen in sich selbst aufbauen und unter guten Bedingungen gedeihen können.

In diesem Whitepaper verwende ich den Begriff „Wohlbefinden“, weil er dem dänischen Begriff im Deutschen am nächsten kommt. Gemeint ist damit aber nicht nur ein gutes Gefühl, sondern ein breiterer Blick auf die Bedingungen, unter denen Kinder und Jugendliche leben, lernen und sich entwickeln.

> **Können wir uns von Dänemark inspirieren lassen? Nicht, indem wir ein anderes System kopieren, sondern indem wir genauer hinschauen, welche Fragen dort gestellt werden.**

EINFÜHRUNG

Sichtbar machen statt nur vermuten

Wenn wir verstehen wollen, wie Kinder und Jugendliche Schule erleben, müssen wir sie auch systematisch fragen.

In Dänemark wird das Wohlbefinden von Schülern seit 2015 regelmäßig in der Schule erhoben. Dabei geht es nicht um Leistung oder Fehlzeiten, sondern um das Erleben von Schule: Zugehörigkeit, Beziehungen, Unterstützung, Konzentration, Sicherheit und Wohlbefinden im Schulalltag.

Die Ergebnisse werden aufbereitet und können auf Klassen-, Schul-, Kommunal- und Landesebene betrachtet werden. Sie zeigen nicht die Antworten einzelner Kinder, sondern machen Muster sichtbar: Wo erleben Schüler Zugehörigkeit? Wo fehlt Unterstützung? Wo entstehen Belastungen? Wo braucht eine Klasse oder Schule genaueres Hinsehen?

Solche Befragungen lösen noch keine Probleme. Aber sie schaffen eine Grundlage für Gespräche und Entscheidungen. Die Perspektive der Schüler wird nicht nur nebenbei wahrgenommen, sondern dokumentiert und Teil von Schulentwicklung.

Entscheidend ist, was mit den Ergebnissen passiert. Werden sie besprochen? Werden sie mit pädagogischer Beobachtung verbunden? Werden daraus konkrete Veränderungen im Schulalltag abgeleitet?

> **Kinder und Jugendliche werden nicht nur beobachtet. Sie werden gefragt. Und ihre Antworten werden als Teil gemeinsamer Verantwortung verstanden.**



Acht Fokuspunkte für einen breiteren Blick

Mit einem ähnlich breiten Verständnis von Wohlbefinden hat sich in Dänemark die Trivselskommission beschäftigt. Sie wurde 2023 von der dänischen Regierung eingesetzt und legte im Februar 2025 ihren Abschlussbericht vor.

Die Kommission hat untersucht, wie es Kindern und Jugendlichen geht und welche Bedingungen ihr Aufwachsen prägen: Schule, Familie, Freizeit, digitales Leben, soziale Beziehungen, Gesundheit und gesellschaftliche Entwicklungen. Aus dem Bericht entstanden Empfehlungen in mehreren Themenfeldern.

Interessant ist daran, dass Wohlbefinden nicht als Einzelproblem betrachtet wird. Es geht nicht nur um einzelne Kinder, einzelne Familien oder einzelne Schulen, sondern um das Zusammenspiel verschiedener Lebensbereiche.

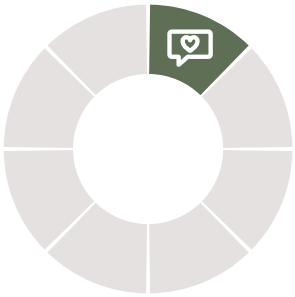
Für dieses Whitepaper habe ich die Themen der Trivselskommission in acht Fokuspunkte übersetzt – mein Wohlfühlrad. Sie sind keine fertige Lösung für Deutschland, sondern eine Einladung, Schule und Gesellschaft stärker zusammenzudenken.



- Sprache für Wohlbefinden
- Unterstützung nach Bedarf statt nach Etikett
- Digitales Leben
- Schule als Lebensort
- Halt, Vertrauen und Verantwortung
- Gemeinschaft und Freizeit
- Körper, Bewegung und Erholung
- Elternschaft und frühe Unterstützung

> **Welche Bedingungen brauchen Kinder und Jugendliche, damit sie sich entwickeln, dazugehören und mit Belastungen umgehen können?**

01 Sprache für Wohlbefinden



Wie wir über Kinder und Jugendliche sprechen, prägt auch, wie wir auf sie reagieren.

In Schule, Verwaltung und Öffentlichkeit wird häufig mit Begriffen wie Leistung, Förderbedarf, Auffälligkeit, Diagnose oder Defizit gearbeitet. Diese Begriffe können notwendig sein, weil sie helfen, Unterstützung zu organisieren und Belastungen ernst zu nehmen. Gleichzeitig können sie den Blick verengen, wenn sie zu schnell im Mittelpunkt stehen.

Nicht jedes schwierige Gefühl ist eine Krankheit. Nicht jede Überforderung ist eine Diagnose. Und nicht jedes Kind, das mit einem System nicht gut zurechtkommt, ist selbst das Problem.

Das bedeutet nicht, psychische Erkrankungen oder Entwicklungsbesonderheiten kleinzureden. Kinder und Jugendliche, die professionelle Hilfe brauchen, müssen sie bekommen. Aber daneben braucht es eine Sprache, die auch die Bedingungen in den Blick nimmt: Beziehungen, Strukturen, Erwartungen, Belastungen, Zugehörigkeit und Unterstützung.

Für Schulen ist diese Sprache wichtig, weil sie die Richtung bestimmt. Wird ein Kind vor allem als Problem beschrieben? Oder wird auch gefragt, welche Bedingungen verändert werden können, damit Teilhabe wieder möglich wird?

> **Eine differenzierte Sprache löst noch keine Probleme. Aber sie verändert, welche Lösungen überhaupt denkbar werden.**

02 Unterstützung nach Bedarf statt nach Etikett



Unterstützung sollte nicht erst dann beginnen, wenn ein Kind auffällig wird oder eine Diagnose bekommt. Entscheidend ist nicht zuerst das Etikett, sondern der konkrete Bedarf im Alltag.

Diagnosen können wichtig sein. Sie können erklären, entlasten und den Zugang zu passender Hilfe ermöglichen. Problematisch wird es aber, wenn Unterstützung zu stark davon abhängt, ob eine Diagnose vorliegt. Dann entsteht leicht die Situation, dass Kinder und Jugendliche erst lange auffallen, warten oder nachweisen müssen, wie groß ihr Problem ist, bevor Hilfe möglich wird.

Ein breiterer Blick auf Wohlbefinden fragt deshalb früher: Was braucht dieses Kind jetzt? Welche Unterstützung hilft im Alltag? Was kann Schule leisten, und wo braucht es andere Stellen?

Das betrifft viele Kinder und Jugendliche: mit psychischer Belastung, mit Entwicklungsbesonderheiten, mit Armutserfahrungen, mit Flucht- oder Migrationserfahrung, mit familiären Belastungen oder mit Schwierigkeiten, die noch keine Diagnose haben, aber im Alltag deutlich spürbar sind.

Für Schulen ist dieser Punkt besonders relevant. Sie sehen häufig früh, wenn Kinder nicht mehr gut teilnehmen können: wenn sie sich zurückziehen, überfordert wirken, in Konflikte geraten, fehlen, unruhig sind oder nicht mehr erreichbar erscheinen.

> **Ein System, das früher, niedrigschwelliger und näher am Alltag unterstützt, nimmt Belastungen ernst, bevor sie sich verfestigen.**

03 Digitales Leben als gemeinsame Verantwortung



Digitale Medien gehören heute selbstverständlich zum Aufwachsen. Kinder und Jugendliche bewegen sich in sozialen Netzwerken, Chats, Games und Plattformen – oft lange bevor sie die Wirkungen dieser Räume vollständig einschätzen können.

Deshalb reicht es nicht, digitales Leben nur als Frage von Medienkompetenz zu behandeln. Natürlich müssen Kinder lernen, sich sicher, kritisch und selbstbestimmt in digitalen Räumen zu bewegen. Zugleich stehen sie Angeboten gegenüber, die gezielt Aufmerksamkeit binden, Vergleiche verstärken und ständige Verfügbarkeit normalisieren.

Für Schule bedeutet das nicht, Technik grundsätzlich abzulehnen. Digitale Bildung bleibt wichtig. Aber digitale Bildung sollte nicht mit digitaler Dauerverfügbarkeit verwechselt werden.

Schule kann auch ein Ort sein, an dem Kinder erleben, dass Konzentration, Gespräch, Beziehung, Bewegung und gemeinsames Arbeiten ohne ständige Unterbrechung möglich sind.

> **Es geht nicht um Technik gegen Bildung. Es geht um die Frage, wie digitale Medien so eingesetzt werden, dass sie Entwicklung unterstützen – und nicht zusätzliche Belastung erzeugen.**

04 Schule als Lebensort



Schule ist einer der wenigen Orte, an dem fast alle Kinder und Jugendlichen regelmäßig erreicht werden. Deshalb spielt sie für das Wohlbefinden eine besondere Rolle.

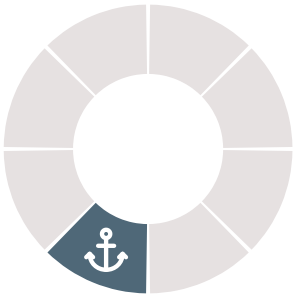
Nicht, weil Schule alles lösen kann. Das kann sie nicht. Aber Schule ist ein Ort, an dem Kinder jeden Tag erleben, ob sie dazugehören, ob sie gesehen werden und ob Erwachsene ihnen etwas zutrauen.

Wenn Kinder viele Stunden am Tag in der Schule verbringen, prägt dieser Ort ihr Selbstbild, ihre Beziehungen, ihr Vertrauen in die eigenen Fähigkeiten und ihr Gefühl von Zugehörigkeit. Schule ist deshalb nicht nur Unterrichtsort. Sie ist auch ein sozialer und emotionaler Erfahrungsraum.

Das wird mit dem Ausbau von Ganztagsangeboten noch wichtiger. Wenn Schule länger dauert, reicht es nicht, Unterricht einfach zu verlängern. Kinder und Jugendliche brauchen einen Alltag, der Konzentration, Bewegung, Gemeinschaft, Rückzug, Essen, Spiel, Gespräch und Erholung ermöglicht.

> **Schule ist nicht allein verantwortlich für das Wohlbefinden von Kindern und Jugendlichen. Aber sie ist einer der wichtigsten Orte, an denen sichtbar wird, was Kinder brauchen.**

05 Halt, Vertrauen und Verantwortung



Kinder und Jugendliche brauchen Vertrauen in die eigenen Fähigkeiten, Selbstregulation, Verantwortungsgefühl und die Erfahrung, etwas beitragen zu können.

Wohlbefinden bedeutet nicht, Kinder vor jeder Schwierigkeit zu bewahren. Schwierige Situationen gehören zum Leben dazu. Entscheidend ist, ob Kinder dabei Halt finden und lernen können, mit Herausforderungen umzugehen.

Dafür brauchen sie Erwachsene, die sie begleiten, Gemeinschaften, die sie tragen, und Strukturen, die sie nicht dauerhaft überfordern. Sie brauchen Räume, in denen Fehler nicht beschämen, sondern zum Lernen dazugehören. Sie brauchen Situationen, in denen ihnen etwas zugetraut wird, ohne sie allein zu lassen.

Selbstvertrauen entsteht nicht dadurch, dass Kindern alles abgenommen wird. Es entsteht, wenn Kinder erleben: Ich kann etwas bewältigen. Ich werde gebraucht. Ich darf Fehler machen. Ich gehöre dazu.

> **Kinder brauchen Schutz, aber auch Verantwortung. Sie brauchen Begleitung, aber auch die Erfahrung, selbst wirksam sein zu können.**

06 Gemeinschaft und Freizeit



Wohlbefinden entsteht nicht nur im Klassenzimmer. Freundschaften, Vereine, Freizeitangebote, Sport, Kultur und offene Treffpunkte können wichtige Schutzfaktoren sein.

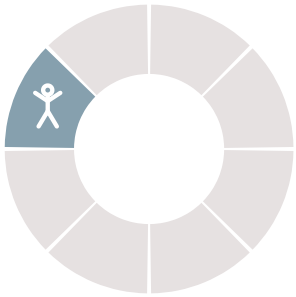
Kinder brauchen Orte, an denen sie nicht nur bewertet werden. Orte, an denen sie mit anderen etwas tun: spielen, trainieren, musizieren, bauen, diskutieren, helfen, verlieren, gewinnen und dazugehören.

Gerade für Schulen und Ganztag ist dieser Gedanke wichtig. Wenn Schule stärker zum Lebensort wird, sollte sie nicht alles selbst übernehmen. Aber sie kann Brücken bauen: zu Vereinen, Jugendhilfe, Kultur, Sport, Musik, Bibliotheken und offenen Angeboten.

Nicht alle Kinder finden allein Zugang zu solchen Gemeinschaften. Besonders Kinder aus belasteten Familien, Kinder mit wenig Geld, Kinder mit Sprachbarrieren oder sozial unsichere Kinder brauchen oft Unterstützung, um Teil solcher Angebote zu werden.

> **Freizeit ist nicht nebensächlich. Gemeinschaft ist kein Luxus. Zugehörigkeit ist ein wichtiger Teil davon, wie Kinder Stabilität, Beziehungen und Selbstvertrauen entwickeln.**

07 Körper, Bewegung und Erholung



Wohlbefinden wird häufig vor allem psychologisch diskutiert. Dabei hängen körperliches und seelisches Wohlbefinden eng zusammen.

Schlaf, Bewegung, Spiel, Pausen und körperliche Aktivität gehören zu den wichtigen Bedingungen, unter denen Kinder und Jugendliche sich entwickeln können. Gerade in einem Alltag, der oft von Sitzen, Bildschirmzeit, Leistungsdruck und vielen Reizen geprägt ist, brauchen körperliche Bedürfnisse mehr Aufmerksamkeit.

In Schule wird der Körper noch zu oft als Störfaktor behandelt: sitzen, still sein, funktionieren. Dabei lernen und regulieren sich Kinder nicht nur über den Kopf. Bewegung, Rhythmus, Ruhe und Erholung gehören zu Konzentration und Entwicklung dazu.

Das bedeutet nicht, dass Schule zur Gesundheitseinrichtung werden muss. Aber es bedeutet, dass der Schulalltag körperliche Bedürfnisse ernst nehmen sollte.

> **Wenn Kinder und Jugendliche sich konzentrieren, lernen und sozial teilhaben sollen, brauchen sie nicht nur Aufgaben. Sie brauchen auch Erholung, Bewegung und Zeiten, in denen sie nicht bewertet werden.**

08 Elternschaft und frühe Unterstützung



Auch Elternschaft gehört zu einem breiteren Blick auf das Wohlbefinden von Kindern und Jugendlichen. Das ist ein sensibles Thema, aber ein wichtiges.

Viele Eltern stehen heute unter Druck: durch Arbeit, Zeitmangel, Erwartungen, digitale Medien, finanzielle Sorgen, Bildungsdruck und die Verantwortung, Kinder durch eine komplexe Welt zu begleiten. Gleichzeitig spüren Kinder sehr deutlich, wenn Familien überlastet sind.

Dabei geht es nicht um Schuldzuweisung. Eltern brauchen keine zusätzlichen Vorwürfe. Sie brauchen Orientierung, Entlastung und Unterstützung, besonders dann, wenn Belastungen früh sichtbar werden.

Wenn Familien keine Unterstützung finden, wird vieles in der Schule sichtbar. Und wenn auch Schule überlastet ist, entstehen Lücken, die Kinder und Jugendliche im Alltag spüren.

Für Schulen ist dabei wichtig: Sie können Belastungen oft früh wahrnehmen. Aber sie brauchen verlässliche Partner, klare Wege und eine gute Zusammenarbeit mit Jugendhilfe, Kommune, Gesundheitswesen und weiteren Unterstützungsangeboten.

> **Frühe Unterstützung ist kein Zeichen von Scheitern. Sie ist ein Zeichen dafür, dass Kinder, Jugendliche und Familien nicht allein gelassen werden.**

ZUM SCHLUSS

Was daraus folgen könnte

Der Blick nach Dänemark zeigt nicht, dass ein Land alles besser macht. Er zeigt aber, dass es möglich ist, andere Fragen zu stellen: breiter, systematischer und stärker aus der Perspektive der Kinder und Jugendlichen.

Schule ist dabei zentral, aber sie darf nicht allein verantwortlich gemacht werden. In Schule wird vieles sichtbar: soziale Ungleichheit, familiäre Belastung, psychische Unsicherheit, digitale Überforderung, Einsamkeit oder Konflikte. Aber die Ursachen liegen nicht immer in der Schule – und die Lösungen auch nicht.

Sinnvoll wäre deshalb kein dänisches Modell zum Kopieren, sondern ein eigener, unabhängiger und fachlich besetzter Prozess, der das Wohlbefinden von Kindern und Jugendlichen ressortübergreifend betrachtet: Schule, Familie, Gesundheit, Jugendhilfe, Freizeit, digitale Lebenswelt und soziale Lage. Wissenschaftlich fundiert – und mit den Perspektiven von Schulen, Kommunen, Fachkräften, Eltern und vor allem der Kinder und Jugendlichen selbst.

Dazu gehören regelmäßige Rückmeldungen von Schülern und eine ernsthafte Auswertung dieser Perspektiven. Nicht noch ein isoliertes Programm, sondern ein gemeinsamer Rahmen.

> **Wenn wir Kinder und Jugendliche besser verstehen wollen, reicht es nicht, über sie zu sprechen. Wir müssen sie fragen – und bereit sein, aus ihren Antworten Konsequenzen zu ziehen.**

ZUM SCHLUSS

Quellenhinweise

UNICEF Deutschland (2026)
UNICEF-Studie zum Wohlbefinden von Kindern: Deutschland schneidet erneut unterdurchschnittlich ab. Pressemitteilung zur Report Card 20, 17. Mai 2026.

UNICEF Innocenti (2026)
Report Card 20: Unequal Chances – Children and economic inequality.

Børne- og Undervisningsministeriet (2025)
Trivselskommissionens afrapportering.

Børne- og Undervisningsministeriet (2025)
Om Trivselskommissionen.

Børne- og Undervisningsministeriet
Om nationale mål.

Børne- og Undervisningsministeriet (2021)
Folkeskolens udvikling efter reformen. En vidensopsamling om folkeskolereformens følgeforskningsprogram 2014–2018.

KL (2025)
Trivselskommissionens anbefalinger. Übersicht über 35 Empfehlungen in acht Themenfeldern.

Børne- og Undervisningsministeriet
Fragen der nationalen Trivselsmåling.



ÜBER MICH

WARUM MIR DAS WICHTIG IST

Angefangen hat alles mit Schulmöbeln und der Einrichtung von Lernräumen.



Das mache ich seit vielen Jahren mit Begeisterung. In den letzten Jahren ist etwas dazugekommen: das Gefühl, dass wir mehr darüber sprechen müssen, was sich in der Schule verbessern lässt. Und das sind nicht nur die Räume, sondern auch die Art, wie wir miteinander und mit Kindern und Jugendlichen umgehen.

Aus diesem Whitepaper habe ich mein Wohlfühlrad entwickelt: die acht Fokuspunkte, die wichtig sind, damit Kinder und Jugendliche gut und gesund aufwachsen.

Als Dänin hole ich mir meine Inspiration aus Skandinavien. Was ist dort anders, und lässt sich davon etwas in Deutschland umsetzen? Ich glaube: ja. Deshalb spreche ich darüber.

Ich wünsche mir, dass wir anfangen, über diese acht Bereiche zu sprechen. Es geht nicht darum, Verantwortung hin und her zu schieben, sondern darum, dass wir uns als Gesellschaft gemeinsam um unsere Kinder kümmern.

Liebe Grüße **Marianne**



MEHR VON MIR

Weitere kostenlose Materialien

WHITEPAPER

Kinder im Blick

Dänische Impulse für Schule und Gesellschaft.

DU LIEST GERADE

LEITFADEN · LERNRÄUME · EINRICHTUNG

Lernräume gut planen

7 Fehler – und wie Schulen sie vermeiden.

LEITFADEN · LERNRÄUME · AKUSTIK

Gute Akustik im Lernraum

7 Fehler und was hilft.

LEITFADEN · LERNRÄUME · NEURODIVERGENZ

Leichter lernen

7 Tipps und 20 Ideen.

FRAGEBOGEN · SCHÜLER

Wie geht es dir in der Schule?

Trivsel-Fragebögen für die 0.–3. und 4.–9. Klasse.

FRAGEBOGEN · LEHRER

Wie geht es dir bei der Arbeit?

Trivsel-Fragebogen für Lehrer und Mitarbeiter.

Alles findest du kostenlos in meinen Instagram-Highlights.
Bei Fragen zu Beratung und Raumplanung vermittle ich gern den Kontakt zur Firma ASS.

> TRANSPARENZHINWEIS
>
> Ich bin bei der Firma ASS beschäftigt. Diesen Content, einschließlich meiner Freebies, erstelle ich eigenständig. KI nutze ich für die Formatierung und das Bildmaterial – für die Inhalte bin ich selbst verantwortlich.
>
> Werbung oder Kooperationen mit ausgewählten Partnern kennzeichne ich klar.
> Kooperationsanfragen nehme ich gerne entgegen.

