



# Infobrief 1 / 2020

[www.radix.ch/bgf](http://www.radix.ch/bgf)

Liebe Leserin, lieber Leser

Die Allianz-Mitglieder freuen sich, dass das Argumentarium **Gesundheit stärkt Bildung** letztes Jahr grosse Beachtung erfahren hat. Dass die Gesundheit der Lehrpersonen und Schulleitungen eine Voraussetzung für Bildungsqualität und Wohlbefinden/Gesundheit der SuS hat, ist nun unbestritten und fliesst in Politik (z.B. Manifest für Kinder- und Jugendgesundheit) oder auch Projektförderung (z.B. Schule handelt) ein.

Im Sommer 2020 folgen nun Handlungsempfehlungen an Behörden, Schulleitende und Lehrpersonen. Wir sind überzeugt, dass wir gemeinsam einen relevanten Beitrag für die Betriebliche Gesundheitsförderung in Schulen leisten und bleiben dran.

Ihre [Allianz-Mitglieder BGF in Schulen](#)

Wollen Sie keine weiteren Informationen? [Infobrief abbestellen](#)

Wollen Sie sich neu anmelden? [Infobrief abonnieren](#)

## Grundlagen

### Förderung der psychischen Gesundheit der SuS tut auch LP gut!

Dass eine hohe Selbstwirksamkeit der Lehrpersonen als Puffer gegen Stress und Burnout wirkt wurde vielfach belegt. Es konnte zudem gezeigt werden, dass die Teilnahme an einem Projekt zur Förderung der psychischen Gesundheit von Schülerinnen und Schülern die Selbstwirksamkeit, kognitive Belastung und emotionale Erschöpfung bei Lehrpersonen zu Gunsten ihrer Gesundheit beeinflusste.

Wudy, D.-Th. & Jerusalem, M. Die Entwicklung von Selbstwirksamkeit und Belastungserleben bei Lehrkräften. Psychologie in Erziehung und Unterricht, 2011, 58, 254 – 267.



Bild: [www.mindmatters.ch](http://www.mindmatters.ch)

## Zusammenarbeit mit Eltern ist eine Ressource

Eine aktuell [publizierte Studie der Pädagogischen Hochschule Zürich](#) zeigt, dass die Mehrheit der Eltern mit der schulischen Situation der Kinder zufrieden ist. Sie hat Vertrauen in die Lehrpersonen, fühlt sich ausreichend informiert und ist zuversichtlich, dass die Kinder sich positiv entwickeln. Die Zusammenarbeit mit den Schulen wird mehrheitlich positiv gesehen. Allerdings wünschen sich viele Eltern mehr Partizipationsmöglichkeiten. Es stellt sich die Frage, wie es gelingt, mit den unterschiedlichen Lebenslagen der Familien umzugehen und die Eltern als Ressource für die Schule, die Gesundheit der SuS und die eigene Gesundheit einzubeziehen.



Unter [www.radix.ch/eza](http://www.radix.ch/eza) finden Sie ab April 2020 ein Reflexionsinstrument für eine gelingende Elternzusammenarbeit in der schulischen Gesundheitsförderung.

Das Jahrbuch Schulleitung 2020 stellt Eltern und Schule in den Fokus und ist voraussichtlich noch im März erhältlich:

[www.bildungsmanagement.net/Jahrbuch-Schulleitung-2020.htm](http://www.bildungsmanagement.net/Jahrbuch-Schulleitung-2020.htm).

## Was hält Lehrpersonen gesund und engagiert in der Schule?

Die ersten Ergebnisse der Studie «[Was hält Lehrpersonen in der Schule? \(WahLiS\)](#)» der Pädagogischen Hochschule Schwyz und der Universität Bern liegen vor.



# WahLiS

Die WahLiS-Studie hat das Ziel Erkenntnisse zur Frage zu gewinnen, von was das Engagement, das berufliche Wohlbefinden und die berufliche Eingebundenheit der Lehrerinnen und Lehrer in verschiedenen Laufbahnphasen abhängt. Im ersten Schritt stand folgende Frage im Zentrum: Wie nehmen Lehrerinnen und Lehrer berufliche Belastungen und Ressourcen wahr? Spielt es eine Rolle, in welcher Schule sie tätig ist? Die Befunde sind eindeutig: Es zeigen sich deutliche Unterschiede zwischen den Schulen in berufsbezogenen Belastungen und Ressourcen, welche wiederum die Gesundheit, die berufliche Eingebundenheit und die Kündigungsabsicht beeinflussen. Diese Faktoren sind durch Schulentwicklung und eine systematische betriebliche Gesundheitsförderung gestaltbar. Erfahren Sie mehr zur Studie [wahlis.phsz.ch](http://wahlis.phsz.ch).

# Überkantonale Angebote



## Schulberatende begleiten «Schule handelt»

Schulen bekommen mit [Schule handelt](#) die Gelegenheit für eine Standortbestimmung zu vorhandenen Ressourcen und Belastungen sowie dem Befinden in ihrer Schule. Auf Basis dieser Analyse werden gemeinsam und mit Unterstützung von erfahrenen Schulberatenden relevante Handlungsfelder bestimmt und partizipativ massgeschneiderte Massnahmen für die Stärkung der Gesundheit der Mitarbeitenden abgeleitet. Hier geht's zum [Pool von akkreditierten Schulberatenden](#) sowie zu [kantonalen Anlaufstellen](#) für interessierte Schulen.



## Lachen tut gut

Kinder lachen etwa 400 Mal am Tag. Erwachsene gerade mal 15 Mal. Eine traurige Lachbilanz für uns Erwachsene, vor allem, wenn man weiss, wie gut Lachen tut und welche positiven Auswirkungen das Lachen auf unser seelisches und körperliches Befinden hat.

Lesen Sie [weiter](#)



## Erfahrungsaustauschtreffen für Schulnetz21-Schulen

Der nächste Erfat findet zum Thema «Beziehungskompetenzen entwickeln – die psychische Gesundheit stärken» am Mittwochnachmittag, 29. April 2020 in Luzern statt. Programm und Anmeldung sind [hier](#) aufgeschaltet.

Ist Ihre Schule nicht Mitglied im Schulnetz21, dann finden Sie hier weitere Informationen: [www.schulnetz21.ch](http://www.schulnetz21.ch) > Netzwerk



## Erschöpfung frühzeitig erkennen, Burnout vorbeugen

Verschiedene Anzeichen können ein Burnout ankündigen. Je früher ein Risiko erkannt wird, desto eher kann der negative Prozess gestoppt werden. Die Seco-Broschüre hilft mit Checklisten und konkreten Hinweisen, Burnout-Risiken zu erkennen. Diese eignet sich auch für Schulpersonal.

[Download und kostenlose Bestellung](#)



### **Trittsicher unterwegs im Schulalltag**

Den eigenen Schulalltag aus der Distanz betrachten und Ideen entwickeln, um sich im Beruf bewusst Sorge zu tragen – dies das Ziel von vier Weiterbildungstagen in der ersten Sommerferienwoche.

Wir nutzen das Potential der Natur und der Analogien: Hier finden wir Raum, um Distanzen zurückzulegen und gleichzeitig Distanz zum Alltag zu gewinnen – um unterwegs zu sein und über das Unterwegssein im Beruf nachzudenken – um unter einfachen Verhältnissen gut für uns zu sorgen und die Selbstsorge im Unterrichtsalltag zu betrachten. Die Weiterbildung «Trittsicher unterwegs im Schulalltag» ist ein Pilotversuch, um das Potential dieses Ansatzes zu testen. Gesucht werden Lehrpersonen aller Stufen, die sich auf dieses Experiment einlassen und das Unterwegssein in der Natur als Spiegel für das Unterwegssein im Alltag nutzen möchten.

Weitere Infos: [dominique.hoegger@fhnw.ch](mailto:dominique.hoegger@fhnw.ch) oder [www.fhnw.ch/wbph-gesundheit-kurse](http://www.fhnw.ch/wbph-gesundheit-kurse)



**Gesunde Lehr- und Betreuungspersonen und Schulleitungen sind Voraussetzung für ein gutes Schulklima und den Lernerfolg der Schülerinnen und Schüler.**

**Samstag, 12. September 2020, 9 bis 16 Uhr an der PH Zürich**

Die Tagung fokussiert Zugänge und Methoden der Positiven Psychologie als möglichen Weg zur Stärkung der psychischen Gesundheit. Sie zeigt auf, wie Ressourcen in der Schule erkannt und gestärkt werden und zu einem gelingenden Leben beitragen können.

Anmeldung und weitere Infos: [phzh.ch/tagungsgesundheit](http://phzh.ch/tagungsgesundheit)