

Wo drückt der Schuh? Eine Schule will es genauer wissen

Ein gesundes Arbeitsumfeld braucht Mitsprache. Dies ist eine Erkenntnis der Sekundarschule Ruggenacher in Regensdorf. Sie hat sich bei der Verbesserung des Gesundheitsschutzes begleiten lassen.

Autor: Jürg Brühlmann

Stress am Arbeitsplatz zehrt aus. Das ist an Schulen nicht anders. Wem die Gesundheit der Arbeitnehmenden sowie die Lernerfolge und das Wohlbefinden der Kinder wichtig sind, sorgt deshalb vor, wie zum Beispiel die Sek Ruggenacher in Regensdorf (ZH). Sie ist eine von mehr als 200 Schulen, die mit der Unterstützung der schweizerischen Gesundheitsstiftung Radix Massnahmen zur Förderung der Gesundheit aufgegelistet hat.

«Früher waren die Jugendlichen im Fokus. Nun schauen wir auch auf die Lehrpersonen», sagt Melanie Güntert, Sekundarlehrerin und Gesundheitsbeauftragte. Und auch Schulleiterin Julia Stöter bestätigt: Die Beschäftigung mit dem Thema habe blinde Flecken ans Licht gebracht. «Wir hätten sie sonst nicht aufgegriffen», sagt sie. Kern des Angebots ist das adaptierte Online-Befragungstool «Job Stress Analysis» der Gesundheitsförderung Schweiz zusammen mit einem verpflichtenden Begleitangebot. Mit dem Tool können gesundheitsrelevante Faktoren überprüft und im Vergleich mit anderen Schulen und weiteren Organisationen im Ampelsystem anonymisiert dargestellt werden. Jede teilnehmende Person erhält eine persönliche Auswertung zu Ressourcen und möglichen Gefährdungen. Schulteams erhalten eine Übersicht, wo zum Beispiel bei der Zusammenarbeit, der Führung oder Infrastruktur Verbesserungen sinnvoll wären. Die Kosten für das Projekt belaufen sich auf 3500 bis 8000 Franken, je nach Grösse der Schule und kantonalen Beiträgen.

Alltägliche Themen

Das Programm «Schule handelt» fokussiert auf Themen, die viele Lehrpersonen kennen: Muss ich in Pausen immer wieder das Schulzimmer wechseln oder kleine Kinder beaufsichtigen? Wird der Pau-



Besprechung an der Schule Ruggenacher zum Umgang mit Gesundheit im Schulalltag.

senraum jeweils zum Ort für Telefonate und Besprechungen? Ist es in den Unterrichtsräumen oft heiß, laut oder unruhig? Erhalten wir bei der Schulleitung und im Team ausreichend Unterstützung? Können wir ohne viel Extraaufwand krank sein? Wann ist der Arbeitstag zu Ende?

Bei einigen der benannten Probleme wie der Krankmeldung von Mitarbeitenden, der Schalldämmung oder dem administrativen Aufwand überlegt sich die Regensdorfer Schulleiterin nun, wie sie Behörden, die Schulverwaltung oder auch die Eltern und die Jugendlichen einbeziehen kann. Stöter schätzt das freundliche und gesprächsbereite Team und das Interesse der Schulbehörde: «Die Probleme sind angesprochen, das Kind hat nun einen Namen.» Gesundheitsbeauftragte Güntert ist zufrieden: «Über einiges habe ich, und haben wir, früher gar nicht nachgedacht. Eine externe Auswertung bringt auch neue Sichtweisen.»

Wissenschaftlich begleitet

Professorin Anita Sandmeier von der pädagogischen Hochschule Schwyz hat mit

ihrem Team sechs Schulen, die mit dem Programm arbeiten, wissenschaftlich begleitet. Die fallübergreifende Analyse zeigt, was zum Erfolg beiträgt: eine gelebte Kultur der Mitwirkung, kompetente Leitungspersonen, ausreichend zeitliche Ressourcen, kontinuierliche Kommunikation, Klarheit zu den Gestaltungsmöglichkeiten. Andere Forschungen zeigen: Werden Probleme frühzeitig erkannt und angegangen, lassen sich auch Kosten für Krankheit und Fluktuationen senken. —

FACHTAGUNG ZUM THEMA

Wie lässt sich Gesundheitsförderung im Schulalltag verankern? Am 21. Januar 2026 diskutieren Forschende, Schulleitungen, Beratungs- und Lehrpersonen Forschungserkenntnisse der pädagogischen Hochschule Schwyz.



Teilnahme ist kostenlos. Mehr Informationen auf phsz.ch oder via QR-Code.