

Die Gesundheitsfördernde Schule – eine gute Schule?

Miteinander, Nebeneinander, Implikationen, Differenzen und Mehrwert

Öffentliche Impulstagung
des Schweizerischen Netzwerkes Gesundheitsfördernder Schulen
Luzern – Samstag, 11. Dezember 2004



Rundbrief Nummer

30

März 2005

Schweizerisches Netzwerk

Gesundheitsfördernder Schulen:

Ein Projekt des Bundesamtes für Gesundheit
und Gesundheitsförderung Schweiz

Der Rundbrief zum 30. und letzten Mal.

Seit 1997 hat Radix Gesundheitsförderung im Auftrag des Bundesamtes für Gesundheit und Gesundheitsförderung Schweiz das Netzwerk der Gesundheitsfördernden Schulen aufgebaut. Heute arbeiten 330 Schulen in der ganzen Schweiz an einem Gesundheitsfördernden Schulprofil, rund ein Drittel davon in den 5 Regionalen Netzwerken Tessin, Basel-Landschaft, Stadt Bern, Thurgau und den Zürcher Berufs- und Mittelschulen. Das Netzwerk arbeitet zudem als Kompetenzzentrum mit beim Aufbau von *bildung+gesundheitsnetzwerk schweiz* (www.bildungundgesundheit.ch).

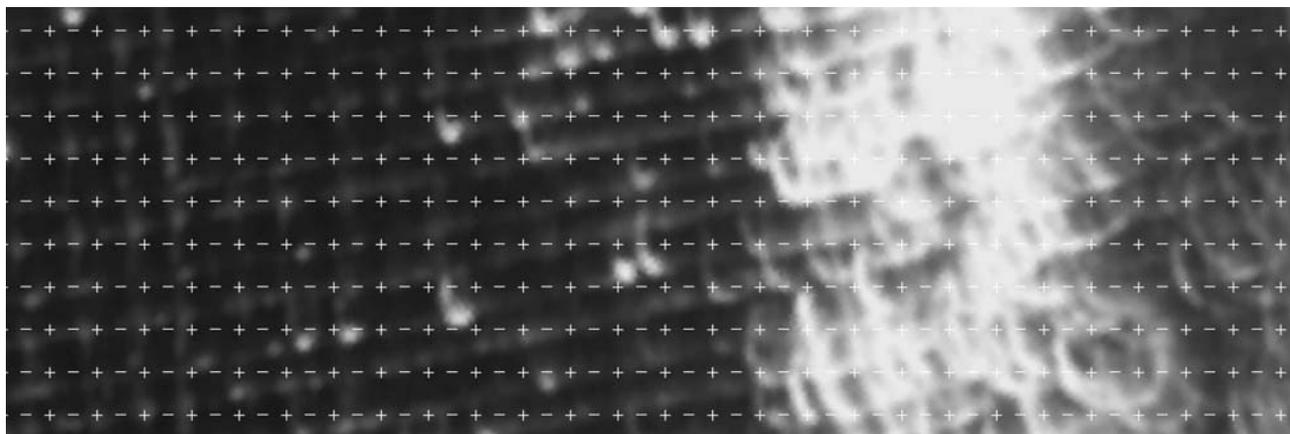
Radix wurde beauftragt, für die Jahre 2005 – 2007 auf der Grundlage von definierten Eckwerten und finanziell reduzierten Ressourcen eine Neukonzeption zu erarbeiten. Einige Punkte müssen noch weiter geklärt werden, andere konnten festgelegt werden:

- Der Rundbrief wird aus Kostengründen nicht mehr erscheinen und durch einen viermonatlichen elektronischen Newsletter ersetzt – erstmals erscheint dieser im April 2005. Abonniert werden kann dieser – schon heute – mit einem Mail auf info@radix.ch. *bildung+gesundheitsnetzwerk* gibt als Nachfolge unseres Rundbriefes zweimal jährlich einen Netzbrief in gedruckter Form heraus. Alle Rundbrief-EmpfängerInnen werden die Nullnummer automatisch erhalten.

- Die Regionalisierung wird noch stärker als bisher vorangetrieben.
- Um Gesundheitsförderung und Schulentwicklung stärker miteinander zu verbinden, müssen neu eintretende Schulen eine Stärken-Schwächen-Analyse durchführen, eine Vision formulieren, den Entwicklungsbedarf und Massnahmen sowie konkrete Ziele definieren. All diese Punkte werden in der Vereinbarung festgehalten.
- Die Projektunterstützung für Nicht-Netzwerkschulen wurde per 1.1.2005 aufgehoben.
- Für die finanzielle Projektunterstützung von Netzwerkschulen stehen maximal Fr. 3'000/Jahr zur Verfügung. Der Betrag wird aber in Relation zur Grösse der Schule gesetzt. Priorität haben Schulen, die erstmals eine Unterstützung beantragen.

Geschätzte Leserin, geschätzter Leser, Sie halten den Bericht über die Impulstagung vom 11.12.2004 und gleichzeitig auch den letzten Rundbrief in dieser Form in Ihren Händen. Mit einem herzlichen Dank für Ihr bisheriges und künftiges Engagement machen wir uns auf zu neuen, spannenden Ufern.

Barbara Zumstein, Schweizerisches Netzwerk Gesundheitsfördernder Schulen, Nationale Koordinatorin



Impressum

Herausgeberin



Schweizerisches Netzwerk Gesundheitsfördernder Schulen
RADIX Gesundheitsförderung
Habsburgerstrasse 31
6003 Luzern
Tel. 041 210 62 10
Fax 041 210 61 10
info-lu@radix.ch
www.gesunde-schulen.ch
www.radix.ch

Die Schweiz ist seit 1993 Mitglied des Europäischen Netzwerkes Gesundheitsfördernder Schulen (ENGs): Ein Programm der WHO, der EU und des Europarates. Radix Gesundheitsförderung koordiniert das Schweizerische Netzwerk im Auftrag des Bundesamtes für Gesundheit, der EDK und Gesundheitsförderung Schweiz.

Redaktion
Gestaltung
Druck
Auflage
Photos

Barbara Zumstein, Nationale Koordinatorin, zumstein@radix.ch
Grafikatelier Thomas Küng, Luzern
Gegendruck, Luzern
2'700 Exemplare
Tagungsimpressionen

Die Gesundheitsfördernde Schule – eine gute Schule?

Die Schweiz beteiligt sich seit Mitte der 90er Jahre neben 42 weiteren Ländern am Europäischen Netzwerk Gesundheitsfördernder Schulen, einem Programm der WHO, der EU und des Europarates.

Das Netzwerk in der Schweiz versteht sich als Unterstützungssystem für Schulen, die an einem gesundheitsfördernden Profil arbeiten oder arbeiten wollen. Die 330 Netzwerkschulen sind nicht a priori gesunde Schulen, es sind Schulen, die nach einer Standortbestimmung im Team gemeinsam Entwicklungsziele definiert haben und diese mit Hilfe der Netzwerkangebote realisieren. Jede Schule arbeitet an einem auf ihre Bedürfnisse zugeschnittenen Schulentwicklungs-Programm. Einige Schulen engagieren sich seit mehr als 8 Jahren kontinuierlich an der Realisierung einer gesundheitsförderlichen Lern- und Arbeitswelt.

Die Welt ist seit Mitte der 90er Jahre auch in der Bildungslandschaft nicht stehen geblieben. Die Entwicklung der Schulen in Richtung teilautonomer Organisationen zieht – in logischer Reihenfolge – die Legitimationspflicht und Rechenschaftslegung nach sich, Schulen müssen über Ihre Leistungen Auskunft geben, sie werden extern evaluiert und haben beim Bildungscontrolling Massnahmenpläne vorzulegen. Die schulische Gesundheitsförderung kann und darf hier nicht abseits stehen. Auch sie hat als Teil der Schulentwicklung den Nachweis zu erbringen, welchen Beitrag sie zur Qualitätsentwicklung leistet. Alle, die in der schulischen Gesundheitsförderung

tätig sind, sind gefordert, ihre Arbeiten und Interventionen auf diesem Hintergrund zu reflektieren, allenfalls neu auszurichten und vor allem genau hinzusehen, wo sich neue Schnittstellen auftun, die sich sowohl für die gesundheitlichen Anliegen wie für die bildungspolitischen Interessen gewinnbringend bearbeiten lassen. Es stellen sich Fragen, wie z.B.:

- Trägt die Gesundheitsförderung zur Bildungsqualität bei oder fördert sie nur das Wohlbefinden?
- Fördert eine gute Schule auch die Gesundheit der Beteiligten oder fördert eine gute Schule nur die Leistung der SchülerInnen?
- Ist die Gesundheitsförderung Teil der ordentlichen Aufgabe einer guten Schule oder ist sie etwas Zusätzliches?
- Gibt es für die gute Schule und die Gesundheitsfördernde Schule unterschiedliche Qualitätsmerkmale?

Forschende, Lehrende, PraktikerInnen und 250 Teilnehmende haben an der Impulstagung diese Fragen reflektiert, Altes überdacht und neue Fragestellungen aufgeworfen.

Ich wünsche Ihnen eine spannende und anregende Lektüre.

Barbara Zumstein, Nationale Koordinatorin, Schweizerisches Netzwerk Gesundheitsfördernder Schulen, Radix Gesundheitsförderung, Luzern, e-mail: zumstein@radix.ch

Referate

Gesundheitsförderung und Qualitätsentwicklung – zwei Arbeitsschwerpunkte der Schweizerischen Konferenz der kantonalen Erziehungsdirektionen

Franziska Oswald, Beauftragte für Nachhaltige Entwicklung und Gesundheitsförderung, Schweizerische Konferenz der kantonalen Erziehungsdirektoren, EDK

Gesundheitsförderung im Tätigkeitsprogramm der EDK

Seit 2001 legen die kantonalen ErziehungsdirektorInnen die Ziele und Prioritäten ihrer Zusammenarbeit auf gesamtschweizerischer Ebene in einem Tätigkeitsprogramm mit Arbeitsschwerpunkten fest. Das Thema Gesundheit wurde als Schwerpunktthema deklariert und in den Arbeitsschwerpunkt 19 «Nachhaltige Entwicklung» integriert. Umgesetzt wird dieses Thema unter anderem durch das Programm *bildung+gesundheit Netzwerk Schweiz*.

Programm *bildung+gesundheit Netzwerk Schweiz*

Das Programm *bildung+gesundheit Netzwerk Schweiz* (b+g) wird vom Bundesamt für Gesundheit (BAG) und von der Schweizerischen Konferenz der kantonalen Erziehungsdirektoren (EDK) getragen. Das Programm umfasst 9 Kompetenzzentren (eines davon ist das

Schweizerische Netzwerk Gesundheitsfördernder Schulen, SNGS) und 3 Netzwerk-Partner, die national oder sprachregional Dienstleistungen zu verschiedenen Gesundheitsthemen im Bereich Bildung anbieten und gemeinsam ein Netzwerk bilden.

Ziel des Programms *b+g* ist es, Gesundheitsthemen nachhaltig und wirksam in der Bildung zu verankern und damit die Gesundheit der SchülerInnen und der Lehrpersonen zu erhalten und zu fördern. Die Angebote des Programms sollen langfristig wirkende Prozesse und Verhaltensveränderungen auslösen, die zur Qualitätsentwicklung in Schulen beitragen und zwar sowohl auf der Ebene des Unterrichts als auch in der Schule als Ganzes.

Die Strategie des Programms: *b+g* setzt auf nationale und bewährte Partner, bündelt Themen und macht sie einfach zugänglich, generiert Mehrwert durch ein Netzwerk, verstärkt und unterstützt Erprobtes und Wirksames, orientiert sich an den Bedürfnissen der Schulen und unterstützt sie in ihrem Kerngeschäft.

Kompetenzzentren und Netzwerk-Partner

Thematische:

- Amorix (AHS/PLANeS)
- Bewegung (BASPO)
- Ernährung (SGE)
- Sicherheitsförderung (bfu)
- Chili (SRK)
- Feelok (ISPMZ)
- RessourcenPlus R+ (FHA)
- Promesce (HEP BEJUNE)
- Prävention von Drogenproblemen (SFA)

Strukturelle:

- Schulklima (PHZ Luzern)
- Schweizerisches Netzwerk Gesundheitsfördernder Schulen (RADIX)
- Elternmitwirkung (Fachstelle Elternmitwirkung)

Angebote der Kompetenzzentren und Netzwerk-Partner

- Projekte für Schulen
- Beratung und Unterstützung
- Medien und Materialien
- Forschung und Entwicklung
- Dokumentation und Information

Orientierung des Programms an der Qualitätsentwicklung von Schulen

Das Programm *b+g* will an Schulentwicklungsprozesse, insbesondere an die Qualitätsentwicklung von Schulen, einen Beitrag leisten. Es will den Beitrag, den die Gesundheitsförderung und Prävention an die Qualitätsentwicklung in Schulen leistet, weiter klären und konkretisieren, z.B. durch die Beschreibung von realistischen und evaluierbaren Qualitätsmerkmalen zur Gesundheit. Im Rahmen des Programms *b+g* ist 2005 eine Publikation zum Thema «Gesundheit, Gesundheitsförderung und Prävention als Kriterien der Schul- und Unterrichtsqualität» geplant, die verschiedenen Fachkreisen als Handreichung dienen soll. Sie soll auch Schulen dabei unterstützen, gesundheitsbezogene Themen in ihre Qualitätsentwicklung zu integrieren. Die Handreichung orientiert sich an den laufenden Arbeiten zur Qualitätsentwicklung in den Kantonen und soll helfen, die Möglichkeiten aber auch Grenzen schulischer Gesundheitsförderung deutlich zu machen.

Das Programm *b+g* mit seinen Kompetenzzentren und Netzwerkpartnern orientiert sich seit Beginn massgeblich an den Entwicklungen im Qualitätsmanagement von Schulen. Ziel ist es, dass die Kompetenzzentren und Netzwerk-Partner mit ihren Angeboten und Dienstleistungen einen Beitrag an die Qualitätsentwicklung von Schulen leisten.

Weitere Informationen zum Programm *bildung+gesundheit Netzwerk Schweiz* finden sie unter: www.bildungundgesundheit.ch.

Franziska Oswald, e-mail: franziska.oswald@edk.unibe.ch



Gesundheitsförderung und Schulqualität

Prof. Dr. Tina Hascher, Forschungsstelle für Schulpädagogik und Fachdidaktik, Sekundarlehramt, Universität Bern

Die Frage «Was ist eine gesunde Schule?» ist eigentlich ebenso schwierig zu beantworten wie die Frage «Was ist eine gute Schule?». Ein Zugang über die subjektiven Theorien von LehrerInnen würde das Feld der Definitionsmöglichkeiten wahrscheinlich noch erweitern. Es soll trotzdem versucht werden zu definieren, ob eine Gesundheitsfördernde Schule auch eine gute Schule ist.

Was ist eine Gesundheitsfördernde Schule?

Eine ähnliche «Hilflosigkeit» stellt sich bei einer Durchsicht der Themen des Schweizerischen Netzwerks Gesundheitsfördernder Schulen ein: Wurde vor 15–20 Jahren der «Pausenapfel» als eine wichtige Kampagne zur Gesundheitsförderung angesehen, so wird das heutige Bild der Schulprogramme im Netzwerk Gesundheitsfördernder Schulen vor allem von einer breiten Palette pädagogischer Ziele geprägt. Selbstverständlich geht es in manchen Schulen um «klassische Gesundheitsthemen» wie Ernährung, Suchtprävention

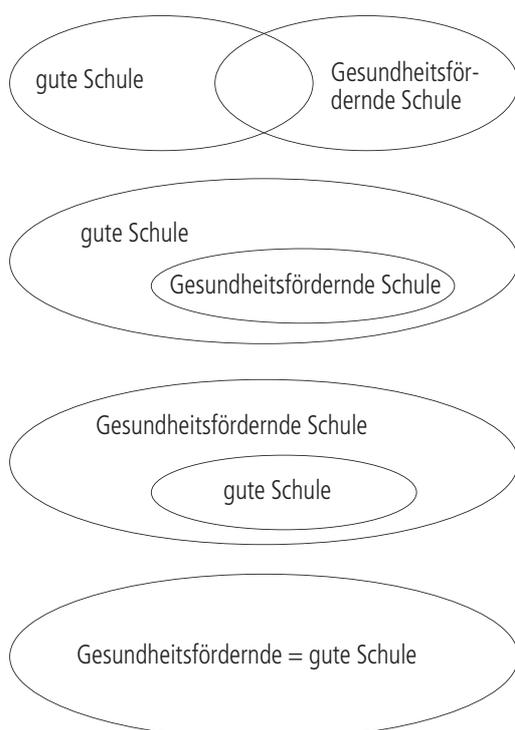
oder Bewegung. Es überwiegen aber Programme, welche beispielsweise das Schul-, Klassen und Unterrichtsklima verbessern, die Partizipation der SchülerInnen erhöhen, die Kommunikation und Zusammenarbeit zwischen SchülerInnen und Lehrpersonen und im Kollegium fördern, den Kompetenzaufbau der SchülerInnen stützen, die Schule als Lehr-Lernumgebung verschönern und zum Stressmanagement beitragen möchten. Dies ist eigentlich auch verständlich, da sich die Schule und das Programm an der nahezu alles umfassenden Definition des Gesundheitsbegriffs der WHO orientieren und sich dementsprechend nahezu alles unter diesem Begriff subsumieren lässt. Wichtig ist dabei, dass sich viele Netzwerkschulen mit den von ihnen gewählten Themen in der allgemeinen Schulentwicklungsdiskussion befinden. Damit stellt sich die Frage: Macht es nun einen Unterschied, ob es sich um eine Gesundheitsfördernde Schule handelt oder nicht? Falls ja, welcher Unterschied ist auszumachen? Falls nein, braucht es dann Gesundheitsfördernde Schulen?

Was ist eine gute Schule?

In der Tradition der Schulentwicklung wird eine gute Schule als eine Schule verstanden, in der sich Leistung und Wohlbefinden vereinbaren lassen. Dass dies nicht selbstverständlich ist, zeigen beispielsweise Studien zur Unterrichtsforschung von Helmke & Schrader (1990) und Gruehn (2000). Die untersuchten Klassen liessen sich in drei Gruppen einteilen: Klassen, in denen die Leistung und die Leistungsentwicklung während eines Schuljahres hoch, das Niveau und die Entwicklung in Bezug auf sozio-emotionale Faktoren gering war. Daneben fanden sich Gruppen, in denen die sozio-emotionalen Faktoren hoch ausgeprägt waren und auf hohem Niveau erhalten werden konnten, die Leistungen der SchülerInnen allerdings zu wünschen übrig liessen. Nur einer kleinen Gruppe von Lehrpersonen gelang es, beide Bereiche, Leistung und Wohlbefinden, gleichermaßen zu fördern.

Modell des Zusammenhangs der Gesundheitsfördernden und der guten Schule

Da die Programme bzw. Konzepte «Gesundheitsfördernde Schule» und «gute Schule» zwei unterschiedlichen Traditionen erwachsen sind, kann die Antwort auf den Unterschied zwischen Gesundheitsfördernder und guter Schule prinzipiell unterschiedlich ausfallen. Folgende Modelle lassen sich entwickeln:



Wirksamkeit als Kriterium für Schulqualität

Kurt Aurin fragte vor gut 10 Jahren, «Gute Schulen – worauf beruht ihre Wirksamkeit?» (1991), und sprach damit das Kernelement guter Schulen an, nämlich ihre Wirksamkeit und die Nachhaltigkeit der von ihr geleiteten und unterstützten Lernprozesse. Meine erste These lautet demnach wie folgt:

Gesundheitsfördernde Schulen erweisen sich dann als gute Schulen, wenn sie sich in ihren Bemühungen um ihre Programmpunkte als wirksam erweisen und wenn sie nachhaltige Lernprozesse in den von ihnen angestrebten Lernzielen sichern können.

Abgesehen von der Tatsache, dass auch ein Unterschied zwischen Schulen, welche die Gesundheit fördern und sogenannten gesunden Schulen besteht, ist eine Gesundheitsfördernde Schule aus dieser Sicht nicht automatisch eine gute Schule, obschon dies von manchen Akteuren der Gesundheitsförderung so vertreten wird (Vuille et al., 2004). Die Zusammenhänge zwischen Schulerfolg und gesundheitsbewusstem Verhalten (z. B. der Zusammenhang von guten Leistungen und Nikotinabstinenz) darf nicht als Kausalzusammenhang überinterpretiert werden. Beide Aspekte mögen sich gegenseitig beeinflussen, vielleicht aber basieren beide Aspekte gemeinsam auf einem weiteren Phänomen wie beispielsweise hohe Bildungsaspiration oder ein hohes Mass an puritanischen Werten. Bevor dies empirisch nicht geklärt ist, sind vorsichtige Interpretationen der Idee der Gesundheitsförderung sicherlich dienlicher.

Es ist also eine wesentliche Aufgabe einer Gesundheitsfördernden Schule, ihre Qualität unter Beweis zu stellen. Etwas überspitzt formuliert: Als eine gute Schule im Bereich der Gesundheitsförderung muss sie den Nachweis erbringen, dass es einen Unterschied macht, ob sie ein Programm der Gesundheitsförderung durchführt oder ob sie jeden morgen mit den SchülerInnen 10 Minuten singt. In Bezug auf ihre Wirksamkeit hat sie die folgenden Kriterien zu erfüllen:

- Den Erwerb von Kompetenzen sichern, z. B. nicht nur im Bereich des Wissens um Risiken, sondern auch im Bereich des Handelns durch Hilfeleistungen;
- Die gesetzten Ziele erreichen und diese weiterentwickeln, z. B. in der klaren Kommunikation des Ziels rauchfreie Schule und ihrer regelmässigen Überprüfung;
- Mit den eingesetzten Mitteln arbeiten, z. B. durch eine verbindliche Umsetzung der Idee der Schülerpartizipation;
- Den Mitteleinsatz bewusst differenzieren, z. B. durch eine eintägige Weiterbildung für Lehrpersonen und durch die Ausbildung von MediatorInnen unter den SchülerInnen;
- Den Prozess kontrollieren, z. B. durch eine Spurguppe, welche die Meilensteine des Prozesses thematisiert;
- Nachhaltige Verbesserungen herbeiführen, z. B. durch die Reduktion der Angst der SchülerInnen vor Misserfolg und vor Blamage;
- Verbesserungen auf verschiedenen Ebenen nachweisen, z. B. die Änderungen im Kommunikationsverhalten im Unterricht und in den Pausen;
- Eine Basis für weitere Entwicklungen bereit stellen, z. B. durch die Initiative von Projekten, welche die SchülerInnen ohne die Lehrpersonen durchführen;
- Den Gesamtprozess reflektieren, z. B. im Rahmen des Schulrats, in dem Personen verschiedener Interessensgruppen vertreten sind.

Wohlbefinden als Grundlage der Lehr-Lernprozesse

Nachhaltigkeit kann auf verschiedene Arten erreicht werden. Nicht alle Wege sind jedoch als gleichermaßen pädagogisch wünschenswert zu erachten. Man denke nur an all die vielen Schulbeispiele aus der Prosaliteratur: von schlechten Schulen, traumatischen Erfahrungen, ungerechten Lehrpersonen, Blossstellungen und Ängsten ist die Rede. Auch in solchen Schulumgebungen haben durchaus nachhaltige Lernprozesse stattgefunden, sie deshalb als «gut» zu bezeichnen wäre aber zynisch. Meine zweite These ist deshalb die folgende:

Gesundheitsfördernde Schulen sind dann gute Schulen, wenn sie das Wohlbefinden nicht nur als ein Ziel der Gesundheitsförderung ansehen, sondern als eine Grundlage für jeglichen Lehr-Lernprozess verstehen.

Vor dem Hintergrund, dass Wohlbefinden der Indikator für Gesundheit und damit das Ziel Gesundheitsfördernder Schulen ist, bedarf diese These einer weiteren Erläuterung. Es kann aus meiner Sicht ein wichtiger Beitrag zur Gesundheitsförderung in Schulen geleistet werden, wenn geklärt wird, was unter Wohlbefinden in der Schule zu verstehen ist. Ich möchte deshalb die folgende Definition zur Diskussion stellen: Das Wohlbefinden von SchülerInnen bezeichnet eine subjektive Erlebnisqualität, bei der positive Emotionen und Kognitionen gegenüber der Schule, den Personen in der Schule und dem schulischen Kontext bestehen und gegenüber negativen Emotionen und Kognitionen dominieren. Wohlbefinden in der Schule bezieht sich auf die individuellen emotionalen und kognitiven Bewertungen im sozialen Kontext schulischer bzw. schulbezogener Erlebnisse und Erfahrungen. Wohlbefinden in der Schule kann kurzfristig und aktuell entstehen oder sich über einen längerfristigen Zeitraum entwickeln und in seiner Intensität variieren (vgl. Hascher, 2004; Hascher & Baillod, 2004). Wohlbefinden in der Schule stellt damit eine Grundlage für die Entfaltung des Lernens dar.

Zentral an dieser Definition ist die Idee eines funktionalen Ungleichgewichts: Es geht nicht darum, dass eine Person eine «Balance» in Bezug auf ihre Gefühle, Einstellungen und Haltung erlangt, sondern dass explizit ein Ungleichgewicht zugunsten positiver Erfahrungen und Erlebnisse besteht. Keine SchülerIn kann ganz frei von negativen, unangenehmen Gefühlen und Gedanken gegenüber der Schule sein, aber die Schule kann dazu beitragen, dass Sorgen, Probleme und Beschwerden möglichst wenige Entfaltungsmöglichkeiten erhalten. Wie kann dieses «positive Ungleichgewicht» gezielt erreicht werden? Anhand mehrerer empirischer Studien konnte nachgewiesen werden, dass die folgenden drei Aspekte für die Entwicklung des Wohlbefindens in der Schule notwendig sind (Hascher, 2004; Hascher & Lobsang, 2004):

- Lehrpersonen, deren pädagogisches Handeln auf Fürsorge und Gerechtigkeit beruht und hohe Unterrichtskompetenz besitzen;
- ein leistungsorientiertes Klima, das aber zugleich frei von Leistungsdruck ist;
- soziale Interaktionen zwischen den SchülerInnen, die gerade auch in den Schulpausen von einem positiven Miteinander geprägt sind.

Eine Schule, die gezielt an diesen Bereichen arbeitet, trägt zur Förderung des Wohlbefindens bei. Die Erkenntnisse psychologischer Theorien des allgemeinen Wohlbefindens eröffnen aber noch einen weiteren, wesentlichen Zugang: Sie konnten nachweisen, dass das Erleben von Freude ein wichtiges Kernelement von Wohlbefinden darstellt (vgl. z. B. Mayring, 1991). Freude ist dabei nicht als Spass oder Alberei misszuverstehen. Vielmehr handelt es sich um ein tiefgehendes, positives Gefühl, das auf Kompetenzerleben im Lernprozess und auf Anerkennung basiert. Aus der Forschung ist bekannt, dass sich Kinder sehr auf ihren Schuleintritt freuen, bereits in den ersten Jahren der Primarschule reduziert sich allerdings ihre Freude in der Schule (Helmke, 1993) und im Jugendalter dominieren negative Emotionen (Bergmann & Eder, 1995; Hascher, 2004). Damit verbunden ist eine Verschlechterung der Einstellungen gegenüber der Schule und häufig auch eine Einschränkung des Selbstwerts der SchülerInnen – zwei wichtige Ressourcen für die Gesundheit der Kinder und Jugendlichen. Für eine Förderung des «positiven Ungleichgewichts» muss die Schule den Kindern und Jugendlichen folglich mehr Möglichkeiten als bisher eröffnen, in der Schule Freude zu empfinden.

Wege zu einer Gesundheitsfördernden, guten Schule

Auf die Frage, ob eine Gesundheitsfördernde Schule auch eine gute Schule ist, würde ich etwas zurückhaltend mit «nicht unbedingt» oder «es kommt ganz darauf an» antworten. Ich würde vielmehr für jede einzelne Schule die oben genannten beiden Thesen überprüfen und die Beachtung der folgenden Kriterien im Prozess der Schulentwicklung analysieren:

- Transparenz der Ziele und der Wege, z. B. Wissen alle am Prozess Beteiligten, welche Ziele erreicht werden sollen? Kennen sie die Wege und Möglichkeiten, Grenzen und Regeln?
- Kompetenz, z. B. Welche Kompetenzentwicklung hat stattgefunden? Wo sind noch Kompetenzdefizite auszumachen?
- Multiperspektivität, z. B. Sind die verschiedenen Perspektiven berücksichtigt worden? Sind sowohl kurz- als auch langfristige Ziele beachtet worden?
- Kooperation, z. B. Wird der Entwicklungsprozess gemeinsam getragen? Wo gibt es Verbesserungsmöglichkeiten hinsichtlich Kommunikation und Kooperation?
- Evaluation, z. B. Wird sowohl kontinuierlich als auch sorgfältig und kritisch evaluiert?
- Innovation, z. B. Werden neue Wege beschritten und Handlungsmöglichkeiten erweitert?

Prof. Dr. Tina Hascher, e-mail: hascher@sis.unibe.ch

Literatur:

- Aurim, K. (1991): Gute Schulen – worauf beruht ihre Wirksamkeit? Bad Heilbrunn: Klinkhardt.
- Bergmann, C. & Eder, F. (1995): Das Befinden von Schülerinnen und Schülern – eine Untersuchung mit dem Befindenstagebuch. In: Eder, F. (Hrsg.): Das Befinden von Kindern und Jugendlichen in der Schule, S. 169-207. Innsbruck: Studienverlag.
- Gruehn, S. (2000): Unterricht und schulisches Lernen. Münster: Waxmann.
- Hascher, T. (2004a): Wohlbefinden in der Schule. Münster: Waxmann.
- Hascher, T. & Baillod, J. (2004): Soziale Integration in der Schulklasse als Prädiktor für Wohlbefinden. In: Hascher, T. (Hrsg.): Schule positiv erleben. Bern: Haupt.
- Hascher, T. & Lobsang, K. (2004): Das Wohlbefinden von Schülerinnen. In: Hascher, T. (Hrsg.): Schule positiv erleben. Bern: Haupt.
- Helmke, A. & Schrader, F.-W. (1990): Zur Kompatibilität kognitiver, affektiver und motivationaler Zielkriterien des Schulunterrichts – Clusterähnliche Studien. In: Knopf, M. & Schneider, W. (Hrsg.): Entwicklung: Allgemeine Verläufe – individuelle Unterschiede – Pädagogische Konsequenzen (S. 180-200). Göttingen: Hogrefe.
- Helmke, A. (1993): Die Entwicklung der Lernfreude vom Kindergarten bis zur 5. Klassenstufe. Zeitschrift für Pädagogische Psychologie, 7, 77-86.
- Mayring, P. (1991): Psychologie des Glücks. Stuttgart: Kohlhammer.
- Vuille, J.-C., Carvajal, M.I., Casaulta, F. & Schenkel, M. (2004): Die gesunde Schule im Umbruch. Wie eine Stadt versucht, eine Idee umzusetzen und was die Menschen davon spüren. Zürich, Chur: Rüegger

Der Beitrag der Gesundheitsförderung zur Unterrichtsqualität und zur guten Schule

PD Dr. Werner Wicki, Leiter Institut für Lehren und Lernen, Dozent, Pädagogische Hochschule Luzern

Bildung und Gesundheit: Unterschiede, Gemeinsamkeiten, Zusammenhänge

Volksschulbildung ist ein privates Gut mit hoher subjektiver und sozialer Bedeutung im Jugendalter und sehr hoher sozialer Einwirkung (Leistungsdruck). Die soziale Einwirkung hat sich im Gefolge von PISA und anderen Output-Studien eher noch verstärkt, wobei vom «PISA-Druck» mehr die Lehrpersonen als die SchülerInnen betroffen sind. Die Schweiz hat (zusammen mit Deutschland) ein hoch selektives Schulsystem, welches die Weichen für bestimmte berufliche Entwicklungen früh und weitgehend definitiv stellt, indem die Berechtigungen für weiterführende Schulen erteilt oder nicht erteilt werden. Aus der Perspektive der Gesundheitsförderung verdienen die schulisch weniger erfolgreichen Jugendlichen, die nach dem Verlassen der obligatorischen Schule nur mit Mühe – wenn überhaupt! – eine Lehrstelle finden, besondere Aufmerksamkeit. Ihnen wurde während neun Schuljahren, in teilweise erheblichem Masse, die eigene Inkompetenz immer wieder anhand «objektiver» Noten demonstriert. Viele RealschülerInnen und einige SekundarschülerInnen sind in der Folge oft in erschreckendem Masse gegenüber jeglichem schulischen Lernen demotiviert und darüber hinaus hilflos (erlernte Hilflosigkeit). – Erfolgreiche Schullaufbahnen, das Erleben von Kompetenz und Selbstwirksamkeit gelten demgegenüber als besonders solide Resilienzfördernde Ressourcen, die eine gesunde Entwicklung, ggf. auch unter schwierigen Bedingungen, fördern. Epidemiologische Studien zeigen denn auch bedeutsame Zusammenhänge auf zwischen erlebtem Stress in der Schule und verschiedenen Gesundheitsindikatoren.

Gesundheit ist ebenfalls ein privates Gut und kann verstanden werden als Ergebnis vielfältiger Austauschprozesse zwischen dem Individuum und seiner Umwelt. Gesundheit wird nur notdürftig staatlich reglementiert und es kommt ihr – im Gegensatz zur Schulbildung – im Jugendalter lediglich eine mittlere subjektive Bedeutung zu. Diese Bedeutung steigt erst ab dem mittleren Erwachsenenalter. Zusätzlich zeigen epidemiologische Studien, dass die meisten Jugendlichen wenig (aber auch: wenige Jugendliche viele!) gesundheitliche Probleme haben. Die soziale Einwirkung auf das Gesundheitsverhalten ist höchst ambivalent. Der Verkauf und Konsum legaler Drogen wie Alkohol und Zigaretten wird für Jugendliche in der Schweiz zwar gesetzlich eingeschränkt. Diese Einschränkung wird aber so locker gestaltet und die gesellschaftlich vermittelte Symbolik der «Genussmittel» ist derart positiv, dass die ungebrochen hohen Prävalenzraten des Alkohol- und Tabakkonsums nicht wirklich überraschen können (vgl. Schmid et al. 2004). Nicht wenige Erwachsene aus dem Umfeld der Jugendlichen (Erziehungsbeauftragte, Trainer, JugendarbeiterInnen, Lehrpersonen) tun sich zudem selbst schwer: sie rauchen, trinken über den Durst, Essen zu fett, zu viel, zu wenig oder zu einseitig, bewegen sich zu wenig und/oder sind arbeitsüchtig – mit somatisch und psychisch durchzogener Gesundheitsbilanz (betreffend Sucht vgl. z.B. Uchtenhagen und Wicki, 1999a). Wie kann da eine Gesundheitsfördernde Schule greifen?

Trotz der herausgearbeiteten Unterschiede besteht eine Parallelität der modernen auf Gesundheit und Lernen bezogenen Paradigmen: Gesundheit wird heute (gemäss WHO) wesentlich als Fähigkeit zur Selbstbestimmung betrachtet, beim Lernen wird die Selbststeuerung als wichtig eingestuft. Auf diese beiden Paradigmen gehe ich deshalb näher ein.

Kompetenzerfahrungen in Unterricht und Schule ermöglichen

Verschiedene neuere epidemiologische Studien zur Gesundheit Jugendlicher (vgl. Narring et al., 2003) ziehen für die Schule die gleiche Schlussfolgerung: den Jugendlichen Kompetenzerfahrungen ermöglichen! Dies bedeutet unter anderem: den Unterricht so gestalten, dass die SchülerInnen darin kompetent agieren, den eigenen Lernweg mitgestalten, für das eigene Lernen und das Lernen in der Gruppe Verantwortung übernehmen und eigene Lernfortschritte via individuelle und kriterienorientierte Rückmeldungen der Lehrperson erfahren können.

Die moderne Didaktik kennt eine Vielzahl von Möglichkeiten, die Lernenden in die Planung und Gestaltung des Unterrichts einzubeziehen: Wochenplan, Projekt- und Freiarbeit bieten individuelle Gestaltungsräume, in denen die Lernenden sich ernst genommen fühlen, ihnen eigene Entscheidungen abverlangen, die sie auch zu verantworten haben. Diese didaktischen Ansätze erlauben mehr Kompetenzerfahrungen als Klassenunterricht resp. Frontalunterricht (der – massvoll eingesetzt – nach wie vor seinen Platz hat im heutigen Unterricht), weil die SchülerInnen eigene Lernwege mitgestalten und gehen und nicht nur «Stoff» auswendig lernen und bei der Prüfung «abrufen». Selbstgesteuertes Lernen ist aber ohne entsprechende Vorbereitung nicht möglich. Es bedarf sorgfältiger Anleitung und Begleitung der SchülerInnen und es sind auch spezifische Planungs- und Handlungskompetenzen auf Seiten der Lehrpersonen notwendig (Konrad & Traub, 1999).

Nur individuelle Rückmeldungen ermöglichen auch SchülerInnen mit Lernrückständen die Erfahrung eigener Wirksamkeit. Eine Schulnote lässt immer nur die relative Position der SchülerInnen innerhalb der Klasse erkennen, allenfalls unter gleichzeitiger Berücksichtigung inhaltsbezogener Beurteilungskriterien. Die neue Beurteilungskultur muss viel stärker als heute die Kriterien, nach denen beurteilt wird, transparent machen. SchülerInnen sollen schon zum Vorneherein wissen, wie ihre Aufsätze, ihre mündlichen Beiträge, ihre Referate oder Gruppenarbeiten beurteilt werden und die Beurteilungen sollen sich einerseits an diesen Kriterien und andererseits an den individuellen Fortschritten orientieren. Noten leisten beides nicht, sie wirken sich aber nachhaltig schädlich auf das Selbstkonzept der so genannt «schwachen» SchülerInnen aus, die hernach ihr Selbst auf anderem Weg (etwa mittels Suchtmittel) symbolisch ergänzen müssen (Oerter & Dreher, 2002).

Entdeckendes und problembasiertes Lernen zu gesundheitsbezogenen Themen

Wie sollen gesundheitsbezogene Themen in den Unterricht Eingang finden? Wir wissen längst: Jugendliche über die Gefahren von Suchtmitteln oder über riskante Verhaltensweisen sowie über die Vorzüge gesunder Ernährung und ausreichender Bewegung aufzuklären, bringt wenig, ist unter Umständen sogar kontraproduktiv. Mehr Hoffnung lassen entdeckende Lernformen aufkommen, und zwar deshalb weil hier nicht Lösungen vorgegeben, Gesundheitsverhalten sozusagen auf dem Silbertablett serviert, sondern anhand realer (ggf. auch vorgestellter) Problemstellungen zumindest teilweise selbst gesteuert erarbeitet werden. Diese Vorgehensweise beinhaltet Freiheitsgrade (der Entscheidung) und reduziert Reaktanz seitens der SchülerInnen. Entdeckendes Lernen bedeutet: ohne Zeit-

druck Vermutungen aufstellen und überprüfen können, Umwege und Irrwege beschreiten dürfen, aus Fehlern lernen (können), Einsichten in Worten festhalten, neues Wissen im Gespräch klären und zu Wissensstrukturen verbinden sowie Fragen und ihre Antworten in verschiedene Repräsentationsmodi transformieren. Dazu bieten sich Themen an wie Ernährung und Nahrungsmittel, Interaktionen und Konflikte in der Gruppe, Gruppendruck, Integration und Separation.

Problembasiertes Lernen über gesundheitsbezogene Themen beinhaltet in der Regel die folgenden Prozessmuster: (a) Problemidentifikation (b) Ideenproduktion und Erprobung von Lösungsansätzen; Erleben von Schwierigkeiten, (c) Plötzliches Entdecken und Überprüfen einer Lösung. Problemlösen erfordert oft ein Umstrukturieren des vorhandenen Wissens, was zu neuen Einsichten und neuem Wissen führt (mehr als dies bei passiv rezipierten Informationen der Fall ist). Und genau dies will die «gesunde» Schule: neue (nachhaltige) Einsichten der SchülerInnen über Zusammenhänge zwischen Gesundheitsphänomenen und Gesundheitsverhalten fördern, die (auch) für die eigene Person relevant sind. Mögliche Themen für problembasiertes Lernen sind zum Beispiel: Konfliktfähigkeit (z.B. anhand realer Konflikte in der Klasse), Freundschaft und Liebe (z.B. anhand von Fallgeschichten).

Emotionale Faktoren: Schulklima verbessern

Ein gutes Schulklima bedeutet unter anderem: Lernende sollen untereinander Sympathie empfinden (dürfen). Lehrpersonen können dies fördern, indem sie in der Klasse grundlegende Kommunikationsregeln einführen (einander zuhören, sich gegenseitig ausreden lassen etc.), die reziprok eingehalten werden. Sie können zudem kooperative Lernstrukturen etablieren, in denen ein Lernziel durch konstruktive Zusammenarbeit der SchülerInnen erreicht werden kann und sie können Programme einrichten, in denen SchülerInnen einander bei alltäglichen Problemen helfen.

Sozial- und Selbstkompetenzen sind Lernziele des modernen Unterrichts. Zu nennen sind etwa kommunikative Fähigkeiten, Perspektivenübernahmefähigkeit, Kooperation, die Fähigkeit, die eigene Meinung zu formulieren und zu vertreten oder Konfliktlösefähigkeiten. All diese Kompetenzen werden im Rahmen des alltäglichen Unterrichts sozusagen en passant trainiert: Lehrpersonen sind dabei immer auch im Sinne der Gesundheitsförderung aktiv. Die Wirksamkeit solcher Aktivitäten, vor allem dann, wenn sie relativ isoliert dastehen, sollte allerdings nicht überschätzt werden (Uchtenhagen & Wicki, 1999b).

Unterricht darf schliesslich (auch) Spass machen! Vergnügen am Unterricht erlebt eine SchülerIn vor allem dann, wenn sie oder er als Person respektiert und ihr/sein psychisches und physisches Wohlbefinden beachtet wird. SchülerInnen fühlen sich wohl, wenn sie sich als selbstwirksam erleben (s.o.), wenn sie regelmässig auch selbst gesteuert lernen können, wenn sie über humorvollen Unterricht erheitert werden (vgl. Emrich, 2002; Wicki, 2002) und wenn sie gelegentlich auch spielähnliche Aktivitäten ausführen können.

Zusammenfassend ist festzustellen, dass das «Kerngeschäft» Unterricht eine Reihe von Ansatzpunkten der Gesundheitsförderung bietet. In der Tat können Unterrichtsentwicklung und Gesundheitsförderung in vielerlei Hinsicht voneinander profitieren, sich gegenseitig befruchten. Unterrichtsentwicklung ist aber kein Ersatz für andere in der jüngeren Vergangenheit entwickelte Ansätze wie Sekundärprävention, Früherfassung und Teamentwicklung (vgl. Wicki & Stübi, 2001). Diese mehr auf das System Schule als auf den Unterricht im engeren Sinne fokussierenden Ansätze bleiben weiterhin zentrale und notwendige Elemente der Gesundheitsförderung.

PD Dr. Werner Wicki, e-mail: werner.wicki@phz.ch

Literatur

- Emrich, Klaus. (2002). «Ohne Humor wäre die Schule gar keine Schule». Szenen aus dem schulischen Alltagsleben. In J. Gruntz-Stoll & B. Rissland (Hrsg.), Lachen macht Schule. Humor in Erziehung und Unterricht (S. 57-69). Bad Heilbrunn: Julius Klinkhardt.
- Holger Schmid, Jacques Gaume, Béatrice Annaheim, Emmanuel Kuntsche, Hervé Kuendig, Marina Delgrande Jordan (2004). Gesundheit und Gesundheitsverhalten von Schülerinnen und Schülern Entwicklungen, Trends und internationale Vergleiche. http://www.sfa-isp.ch/Recherche/allemand/aktuell/hbsc/index_hbsc.htm (herunter geladen im Dezember 2004)
- Konrad, Klaus & Traub, Silke (1999). Selbstgesteuertes Lernen in Theorie und Praxis. München: Oldenbourg.
- Narring F., Tschumper A.M., Inderwildi Bonivento L., Jeannin A., Addor V., Buetikofer A., Suris J.C., Diserens C., Alsaker F., Michaud P.A. (2003). Santé et styles de vie des adolescents âgés de 16 à 20 ans en Suisse 2002. SMASH 2002 : Swiss multicenter adolescent study on health 2002. Lausanne : Institut universitaire de médecine sociale et préventive; Bern : Institut für Psychologie; Bellinzona: Sezione sanitaria.
- Oerter, R. & Dreher, E. (2002). Jugendalter. In R. Oerter & L. Montada (Hrsg.), Entwicklungspsychologie (S. 258-318). Weinheim: Psychologie Verlags Union.
- Uchtenhagen, A. & Wicki, W. (1999a). Neuere epidemiologische Befunde. In A. Uchtenhagen & W. Ziegglängsberger (Hrsg.). Suchtmedizin (S. 143-144). München: Urban & Fischer.
- Uchtenhagen, A. & Wicki, W. (1999b). Evaluation im Bereich der Primärprävention. In A. Uchtenhagen & W. Ziegglängsberger (Hrsg.). Suchtmedizin (S. 254-258). München: Urban & Fischer.
- Wicki, W. (2002). Humorentwicklung. Kognitive, sozio-emotionale und sprachliche Aspekte. In J. Gruntz-Stoll & B. Rissland (Hrsg.), Lachen macht Schule. Humor in Erziehung und Unterricht (S. 70-78). Bad Heilbrunn: Julius Klinkhardt.
- Wicki, W. & Stübi, B. (2001). Präventionsforschung im Bereich substanzgebundener Abhängigkeiten bei Jugendlichen: State of the Art. Zeitschrift für Gesundheitswissenschaften, 9, 205-228.



Gut und gesund: gegeneinander – miteinander?

Denkanstöße für eine fruchtbare Diskussion zwischen der Gesundheitsfördernden Schule und der Guten-gesunden Schule

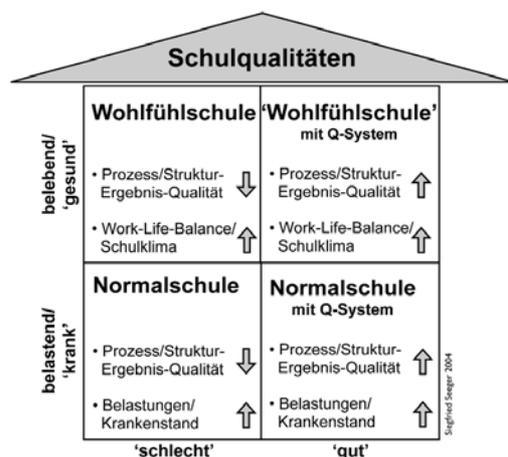
Siegfried Seeger, Freier Bildungsreferent für Gesundheitsförderung und Schulentwicklung, Vorsitzender der Deutschen Gesellschaft für Gesundheitsfördernde Schulen e.V., Niedernhausen (D)

Ist die «Gute-gesunde Schule» das neue Leitbild und die «Gesundheitsfördernde Schule» ein Auslaufmodell? Was sind mögliche Gemeinsamkeiten, wo liegen die Unterschiede, was ist Konsens und was ist strittig? Was brauchen wir heute für die Zukunft?

1. «Gut» und «gesund» bedingen sich: Studien und Praxisbeispiele belegen, dass es einen inneren Zusammenhang zwischen guten schulischen Leistungen und «Gesundheit» gibt¹. «Gute Gesundheit unterstützt erfolgreiches Lernen. Erfolgreiches Lernen unterstützt die Gesundheit. Erziehung und Gesundheit sind untrennbar.» (Desmond O'Burne, WHO)

Folgerichtig können wir mit den Kategorien «gut» und «belebend/gesund» bzw. «schlecht» und «belastend/krank» vier Schultypen hinsichtlich ihrer Schul- und Gesundheitsqualitäten skizzieren (vgl. Abb. 1):

- «Normalschulen» haben eine geringe Prozess-, Struktur- und Ergebnisqualität bei gleichzeitig subjektiv hohen Belastungen im Kollegium.
- Demgegenüber verfügen «Wohlfühlschulen» über Kollegien, die sich durch eine gute Work-Life-Balance auszeichnen, auch wenn wesentliche Schulentwicklungsmerkmale «ungenügend» sind.
- Mit der Einführung von Qualitätssystemen können zwar «Normalschulen» Merkmale der Schulqualität verbessern, was jedoch häufig mit einer spürbar grösseren Belastung der Lehrpersonen erkauft wird und sich nicht selten in einem höheren Krankenstand widerspiegelt.
- Alleine «Wohlfühlschulen mit Q-Systemen» (Arbeitstitel!) kann es gelingen, parallel wesentliche Merkmale der Input-, Prozess-, Struktur-, Beziehungs- und Ergebnisqualitäten gezielt zu verbessern und gleichzeitig über ein spürbar wärmeres Schulklima die individuelle Work-Life-Balance unter atmosphärischen «Hochdruckeinfluss» zu stellen.



2. Gesundheitsförderung und Schulentwicklung bilden eine wirkungsvolle Symbiose: Beide Perspektiven können als Ausgangspunkt zur Verbesserung der Gesundheits-, Bildungs- und Schulqualität genutzt werden; beide Ansatzpunkte bieten ihre spezifischen Chancen (aber auch Grenzen), die es zu reflektieren gilt: Wer **Gesundheitsförderung als Ausgangspunkt** seiner Überlegungen wählt, der muss zeigen, wie gesundheitsfördernde Themen und Interventionen in den Kontext von Schulentwicklung gestellt und wie mit Hilfe der Gesundheitsförderung und Prävention die Gesundheits- und Bildungsqualität des Unterrichts aber auch des Arbeitsplatzes und Lebensraumes als Gesundheitsfördernde Schule verbessert werden kann. Die hierdurch entstehende **Gesundheitsfördernde Schule**² bietet die Chance, Schritt für Schritt «Gesundheit» als integrales Thema einer Schule zu etablieren. Hierbei können innovative Projekte und bewährte Programme (z.B. LifeSkill-Programme) der Schule helfen, ein Profil mit dem Schwerpunkt «Gesundheit» partizipativ und prozesshaft zu entwickeln. Die grosse Gefahr besteht allerdings in einer additiven Gesundheitsförderung im (krankmachenden) Setting Schule, in der durch den Virus «Projektitis» die Ebene der Schulentwicklung in Form eines gesundheitsfördernden Settings nie erreicht wird.



Wer **Schulentwicklung als Ausgangspunkt** seiner Überlegungen wählt, der muss zeigen, mit welchen allgemeingültigen Kriterien «Gute Schulen» zu beschreiben sind und wie mit Hilfe von Gesundheitsförderung und Prävention ein zusätzlicher Mehrwert auf dem Weg zur Verbesserung der Input-, Prozess- und Ergebnisqualität von Schule insgesamt entsteht. Die hierdurch zu entwickelnde **Gute-gesunde Schule**³ bietet die Chance, Schritt für Schritt die eigene Schulqualität mit Hilfe der Gesundheitsförderung zu verbessern. Hierbei leisten gesundheitspezifisch wirksame Interventionen einen gezielten Beitrag im schulischen Qualitätsmanagement⁴. Die Gefahren liegen einerseits in einer Unterbewertung des Bildungsauftrages «Gesundheitsförderung und Prävention» von Schule und andererseits in einer verkürzten Interpretation von «Gesundheit», indem Gesundheitsförderung als Mittel genutzt wird, um die effizienzgeleitete Qualitätspolitik von Schule unreflektiert steigern zu wollen.

¹vgl. u.a. Vuille et al.: Die gesunde Schule im Umbruch, 2004 · ²vgl. u.a. Barkholz/Paulus: Gesundheitsfördernde Schulen, 1998 · ³siehe die Initiative der Bertelsmann-Stiftung www.anschub.de
⁴vgl. Peter Paulus: Schulische Gesundheitsförderung – vom Kopf auf die Füße gestellt. In: Aregger/Lattmann (Hg.): Gesundheitsfördernde Schule – eine Utopie?, 2003

3. Gesundheitsfördernde Schulen und Gute-gesunde Schulen stehen erst am Anfang: Unabhängig von der Wahl des «passenden» Modells stehen beide Ansätze vor grossen Herausforderungen, die es zu bewältigen gilt, wenn Gesundheitsförderung einen wirkungsvollen Beitrag zur Schulentwicklung leisten will:

- Beide Ansätze brauchen **Modelle guter Praxis:** Nur mit Hilfe überzeugender Modelle guter Praxis kann eine Praxis guter Modelle gelingen. Die vorhandenen vereinzelt Modelle sind als «Mosaiksteine» nur unsystematisch erfasst und können bislang lediglich ein bruchstückhaftes «Gesamtbild» erzeugen. Trotz unterstellter grosser Potenziale in den verstreuten Modellen guter Praxis konnte sich eine überzeugende Eigendynamik in Richtung einer etablierten «Praxis guter Modelle» bisher nur unzureichend entfalten.
- Beide Ansätze brauchen **Wirkungsnachweise:** Bislang fehlen sowohl der Gesundheitsförderung/Prävention als auch der Q-Systeme systematische und umfassende Belege ihrer Wirkungen (evidenz based). Gesundheitsfördernde Schulen und Gute-gesunde Schulen müssen zeigen, welche «Differenz» durch den «Mehrwert Gesundheit» zur Verbesserung der Gesundheits-, Bildungs- und Schulqualität entsteht und wie die Wege dorthin für möglichst viele Beteiligte «gut» und «gesundheitsförderlich» verlaufen.
- Beide Ansätze brauchen **schulpraktische Umsetzungen:** Sowohl die Gesundheitsfördernde Schule als auch die Gute-gesunde Schule müssen sich als «lohnender Mehrwert» in der Schulpraxis behaupten. Ob durch innovative Beiträge zur Schulentwicklung oder durch spürbar verbesserte Lebensqualitäten in der Schule: SchülerInnen, LehrerInnen, Schulleitungen, Eltern u.v.a.m. müssen erfahren können, dass sich der «Mehraufwand» auch mit einem «Mehrwert» an Gesundheits- und Bildungsqualität im Kontext paralleler Innovationen einer nachhaltigen Entwicklung verbindet.
- Beide Ansätze brauchen **gesundheits- und bildungspolitische Akzeptanz:** Bislang fehlen aufeinander abgestimmte Gesundheits- und Schulentwicklungs- bzw. Bildungsziele, die auf nationaler, kantonaler oder schulischer Ebene zu einer sichtbaren Zielkohärenz und politischen Verankerung führen (Impact-Qualität). Die Gesundheitspolitik muss zeigen, welchen Stellenwert zur Erreichung ihrer Gesundheitsziele das Setting Schule und «Bildung» hat; die Bildungspolitik muss zeigen, welchen Mehrwert sie zur Erreichung der Bildungsziele durch Gesundheitsförderung/ Prävention erwartet. Und beide Politikfelder müssen hieraus sichtbare strategische und operative Konsequenzen ziehen.

4. Auf dem Weg zur Nachhaltig-guten Schule: Unabhängig davon, ob mit Hilfe der Gesundheitsfördernden Schule oder der Guten-gesunden Schule eine «bessere» Schule entwickelt wird: die konzeptionelle und operative Wirkung von Gesundheitsförderung und Schulentwicklung kann nur dann voll entfaltet werden, wenn sich die einzelnen Kantone, die Schuldirektionen und jede einzelne Schule mit vier Fragen jeweils spezifisch auseinandersetzen:

- Was sind unsere Erziehungs- und Bildungsziele (Leitbilder und Standards)?
- Was sind unsere Gesundheitsziele (Gesundheitsberichte)?
- Was sind unsere Ziele der Schul- und Qualitätsentwicklung (Profile und Schulprogramme)?
- In welchen Zielen der Stadt(teil)- und Regionalentwicklung (im Kontext einer nachhaltigen Entwicklung) sind wir selber integriert?



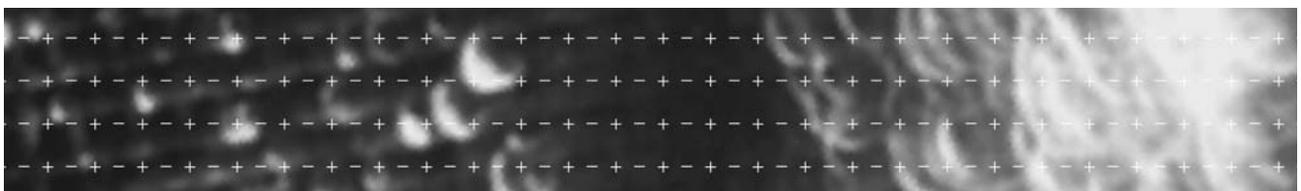
Erst in diesen Ziel- und Arbeitsebenen kann es gelingen, die vorhandenen Stärken und Ressourcen einer Schule, einer Region bzw. eines Kantons für eine spürbare Verbesserung der Erziehungs-, Bildungs- und Gesundheitsqualität durch eine Verbesserung der Schulqualität im Kontext des jeweiligen Umfeldes zu nutzen. Mit den Antworten auf diese Fragen werden Nachhaltig-gute Schulen entstehen, die sich weder durch kurzfristige Effekthaschereien noch von scheinbar unabwendbaren Steuerungsinstrumenten der Ökonomie blenden lassen:

- Nachhaltig-gute Schulen werden «immun» sein gegen eine aktionistische «Projektitis», indem Gesundheitsförderung nicht nur in krankmachenden schulischen Arbeits- und Lernbedingungen als Tranquilizer missbraucht sondern als salutogenes Mittel eingesetzt wird, um langfristig gesundheitsfördernde Arbeitsplätze, Lern- und Lebensräume zu schaffen.
- Nachhaltig-gute Schulen werden «immun» sein gegen eine einseitig effizienzgeleitete «Testitis»⁵, indem Gesundheitsförderung nicht nur einem x-beliebigen Qualitätsmanagement blind hinzugefügt wird, sondern indem sie für schulische Entwicklungen zwischen Verändern und Bewahren und zwischen Nähe und Distanz eine gesundheitsförderliche und partizipative Kraft entfaltet, durch die ein vertrauensvolles, leistungsförderndes und wertschätzendes Schulklima entsteht.
- Nachhaltig-gute Schulen werden «immun» sein gegen einen kolonialen Gesundheitsimperialismus, indem Gesundheit nicht zur alleine und alles bestimmenden Kategorie wird, sondern als gleichberechtigter Mitspieler im Konzert mit parallelen Innovationen der ökologischen und politischen Bildung oder der interkulturellen Pädagogik die Grundlagen für eine nachhaltige und solidarische Entwicklung ermöglicht.⁶

Siegfried Seeger
e-mail: si.seeger@t-online.de

⁵vgl. Otto Herz, Michael Schratz, Norbert Posse et al.: Entwickeln statt vermessen. Lernwege zu einer guten Schule – 10 Thesen. Lernende Schule, 1999

⁶vgl. u.a. den Arbeitsschwerpunkt 19 der EDK in der überarbeiteten Fassung 2004



Ateliers

Kann die Schule als Organisation die Gesundheit von SchülerInnen und Lehrpersonen beeinflussen? Erfahrungen aus der Stadt Bern

Dr. med. Maria-Inès Carvajal, Schulärztin, Leiterin Gesundheitsförderung und Prävention an Schulen, Gesundheitsdienst der Stadt Bern

Berichte über zunehmenden Suchtmittelkonsum, psychosoziale Probleme und Gewalt bei Jugendlichen, Burnout der Lehrpersonen zeichnen in den letzten Jahren ein düsteres Bild unserer Gesellschaft. Dazu kommen die immer erwähnten schlechten Verhältnisse in den öffentlichen Schulen, mit Sparmassnahmen und einer Flut von Reformen. Die Schulen sollten alles richten, die dazu benötigten Mittel werden ihnen aber gekürzt.

Die Stadt Bern engagiert sich seit 12 Jahren mit dem Programm «Gesundheitsteams an Schulen» für ein besseres Schulklima und zur Verbesserung der Gesundheit aller an der Schule beteiligten Personen. Die durchgeführte Wirkungs- und Prozessevaluation zeigt ermutigende Resultate.

Das Programm

Das Ziel ist die Umsetzung einer Gesundheitsfördernden Schule nach dem Konzept des Europäischen Netzwerkes der Gesundheitsfördernden Schulen. Interdisziplinäre Teams werden gebildet, in denen sich nebst Lehrkräften auch Vertretungen der Eltern, der Schulbehörden, SchülerInnen befinden. Diese Teams stehen unter der Leitung von KoordinatorInnen für Gesundheitsförderung (KGF). Die KGF sind Lehrpersonen, die durch das Kollegium gewählt werden und dann für ihre Aufgabe eine spezielle Ausbildung besuchen. Auf der Basis einer Standortbestimmung der Bedürfnisse der Schulen haben die KGF mit ihrem Team die Aufgabe, gesundheitsfördernde Bemühungen der Schule zu initiieren, zu koordinieren und zu vernetzen. Es ist sehr wichtig, dass die Projekte einem echten Bedürfnis der Schule entsprechen und nicht eine Verordnung der Behörden sind.

Für ihre Arbeit werden die KGF mit einer Lektion pro Woche entlastet und die Schulen bekommen einen bescheidenen Projektkredit von Fr. 1'400.

Zurzeit arbeiten 35 Lehrpersonen als KGF und 90% aller Stadtberner Schulen sind am Projekt beteiligt.

Die Evaluation

Von 1997 bis 2003 wurde eine externe Wirkungs- und Prozessevaluation durchgeführt.

Daten für die Prozessevaluation wurden durch Interviews mit allen KGF und Schulleitungen in den Jahren 1997, 1999 und 2001 und mit Fragen im Lehrerfragebogen erhoben. Die Evaluation zeigt, dass die Gesundheitsförderung in den Schulen zunehmend Fuss fasst, die Akzeptanz im Kollegium, so wie auch der Stellenwert aus der Sicht der Schulleitung.

Für die Wirkungsevaluation wurden in den Jahren 1997/1998 und 2002/2003 Fragebogen für Lehrpersonen und alle SchülerInnen der 6. und 8. Klasse eingesetzt.

Die Gesundheit der Jugendlichen wurde anhand von Indikatoren definiert wie z. B. selbstbeurteilter Gesundheitszustand, psychosomatische Beschwerden, Essstörungen, Depressionen und Konsumverhalten. Gleichzeitig wurde anhand von psychosozialen Determinanten, Schutz- und Risikofaktoren definiert und deren Einfluss auf die Gesundheit analysiert. Da die Gesundheitsfördernde Schule auf

eine Verbesserung des Schulklimas zielt, wurde auf den Zusammenhang zwischen Gesundheit, psychosozialen Determinanten und Schulklima besonders geachtet.

Einige ausgewählte Resultate zur Gesundheit der SchülerInnen

Stress: Der *allgemeine Stress* (Freizeitprogramm, Auseinandersetzung mit Eltern, Freunde, usw.) erwies sich als Risikofaktor für gesundheitliche Probleme, im Gegensatz zum *Schulstress*, der kaum einen Zusammenhang mit der Gesundheit zeigte.

- **Sozialschicht:** Sie spielt in Zusammenhang mit der Gesundheit eine untergeordnete Rolle (Schule gleicht ungleiche Gesundheitschancen aus).
- **Geschlecht:** Mädchen sind mehr betroffen von Stress, Unzufriedenheit mit dem eigenen Körper und Depressionen.
- **Nationalität:** Nur bei den Schulleistungen wurde ein Nachteil festgestellt. Das bedeutet, die Schule hat ihr ausgleichendes Potential bei der Leistungsförderung der Fremdsprachigen noch nicht ausgeschöpft.
- **Schulniveau:** In diesem Bereich zeigte sich, dass Realschüler eindeutig benachteiligt sind, was aber vom gewählten Schulmodell abhängig ist.
- **Schutzfaktoren für einen guten Gesundheitszustand (G) und keinen Suchtmittelkonsum (S):**
 - Positive Einstellung zum Leben (G, S)
 - Abwesenheit von Stress (G, S)
 - Fähigkeit Stress zu bewältigen (G, S)
 - Probleme rational anzugehen (G, S)
 - Soziale Anpassungsfähigkeit (G, S)
 - Gute Schulleistungen (G, S)
 - Überzeugung, dass Suchtmittelkonsum nicht vereinbar ist mit den persönlichen Lebenszielen (S)

Zusammenhang mit dem Schulklima:

Das Schulklima wurde durch das Organisations-Klimainstrument für Schweizer Schulen (O-KI) und durch Indikatoren aus dem Schülerfragebogen evaluiert.

- In Schulen mit gutem Schulklima ist die Anzahl der vorhandenen Schutzfaktoren bei Jugendlichen höher. Je besser das Schulklima ist, desto mehr Schutzfaktoren bestehen.
- Je besser das Schulklima in einer Schule ist, desto besser sind die Leistungen der SchülerInnen.
- Je besser das Schulklima in einer Schule ist, desto weniger Suchtmittel werden durch die Jugendlichen konsumiert.

Gesundheitsförderung und Schulklima:

Wie vorher erwähnt, zielt die Gesundheitsfördernde Schule auf eine Verbesserung des Schulklimas und dieses Schulklima hat einen direkten Zusammenhang mit Gesundheit, Konsum und Leistung. Nun stellt sich die Frage, ob die Gesundheitsförderung das Schulklima positiv beeinflussen kann. Die Evaluation zeigt, dass diejenigen Schulen, die eine eindeutige Gesundheitsförderungs-Strategie hatten, auch ein besseres Schulklima aufweisen.

Aber nicht nur grosse Strategien zeigten eine Wirkung, sondern auch die Arbeit im einzelnen. So zeigt der Gesundheitsunterricht, wenn in einem Curriculum integriert, auch Wirkung. Je mehr über das Thema Alkohol in den Schulen gesprochen wurde, desto weniger haben die Jugendlichen konsumiert.

Wichtigste Erkenntnisse aus der Evaluation:

Zur Förderung der Gesundheit empfiehlt sich in erster Linie eine Strategie zur Entwicklung der individuellen psychosozialen Schutzfaktoren. Das Schulklima ist einer der wichtigsten Elemente zur Förderung dieser Schutzfaktoren und folglich auch für die Gesundheit und die Leistung der SchülerInnen.

Die Qualität des Schulklimas ist abhängig von der Qualität der Schulleitung und vom Engagement des Lehrkörpers für eine aktive gesamtschulische Gesundheitsförderung. Die Entwicklung dieser Qualitäten ist eine zentrale Aufgabe der Schulentwicklung – daher sind Schulentwicklung und Gesundheitsförderung nicht voneinander zu trennen.

Dr. med. Maria-Inès Carvajal,
e-mail: Maraiaines.Carvajal@Bern.ch

«Man kann nicht nicht erziehen.» Eltern und Lehrpersonen definieren ihre Rollen in der guten Schule miteinander und verbindlich. *Maya Mulle, Fachstelle Elternmitwirkung, Zürich*

Eltern sind verantwortlich für die Erziehung ihrer Kinder. Die Lehrpersonen sollen sie in dieser Aufgabe unterstützen. Lehrmeister beklagen sich, dass die Jugendlichen eine niedrige Frustrations- und Stresstoleranz zeigen. Trotz guten Präventionsprojekten, nimmt die Zahl der rauchenden, kiffenden und Alkohol konsumierenden Jugendlichen zu. Unsere Kinder brauchen starke Eltern und Lehrpersonen, die als Vorbilder wirken und gemeinsam Verantwortung übernehmen.

Unterschiedliche Werte, wechselseitige Vorurteile, unklare Erwartungen und unerfüllbare Wünsche sowie fehlendes Know-how erschweren die Aufgabe. Viele Lehrpersonen fühlen sich nicht zuständig, Erziehungsaufgaben zu übernehmen, Eltern und Lehrpersonen sind gelegentlich überfordert. Zudem können sich Eltern durch eine vermeintliche Einmischung der Lehrpersonen bevormundet fühlen.

Erziehungs- und Bildungsverträge unterstützen die Beteiligten in ihren Aufgaben. Es sind nicht Verträge im rechtlichen Sinn. Elternschaft und Lehrerschaft klären gegenseitige Erwartungen und legen gemeinsam minimale Werte fest, die das soziale Umfeld der Schule und aktuelle Fragen berücksichtigen. Die jeweiligen Aufgaben und Pflichten werden in den Verträgen niedergeschrieben. Sie sollen regelmässig überprüft und angepasst werden. Mit der Unterschrift geben alle Beteiligten ihre Zustimmung und bekräftigen ihren Einsatz für die Jugendlichen.

Erfahrungen

Die Teilnehmenden berichteten von zahlreichen positiven Erfahrungen mit Erziehungsvereinbarungen. Auf individueller Ebene werden Vereinbarungen zwischen Eltern – Lehrperson und Kind geschlossen, dies besonders auch im Bereich der Stütz- und Förderangebote. Dabei wird zum Teil auch der Schulpsychologe miteinbezogen. Vereinbarungen zwischen der Schulsozialarbeiterin und den Eltern sowie zwischen einzelnen Kindern wurden erwähnt. Eine Schule arbeitet mit «Zielheften», nicht nur Leistungen werden festgehalten, sondern auch soziales Verhalten. In einer Realschule kennt man Zielvereinbarungen zwischen Lehrperson und SchülerIn. Die «Berner Gesundheit» erarbeitet in Schulen Rauchervereinbarungen. Meist geht es darum, dass Lehrpersonen von den SchülerInnen sowie den Eltern Unterstützung für ihre Tätigkeit erbitten.

Es hat sich gezeigt, dass es hilfreich ist, die Eltern frühzeitig einzubeziehen und dadurch auch Transparenz zu schaffen. Die Eltern erhalten Kopien der Vereinbarungen. Mit den Massnahmen auf Klassenebene oder Ebene Schulhaus sollen möglichst alle Eltern erreicht werden.

Motivation

In der Praxis wird auf Belohnungssysteme verzichtet. Die Vereinbarungen bieten den Eltern Einblick in den Schulalltag und lassen sie partizipieren an der Entwicklung ihrer Kinder. Das Wir-Gefühl, wir ziehen am gleichen Strick, ist für die Eltern eine wichtige Motivation. Die Kinder schätzen den Halt und die Orientierungen, welche ihnen die Vereinbarungen bieten. Die Lehrpersonen sind motiviert, weil die individuellen Kontakte mit den Eltern ihre Arbeit mit den SchülerInnen erleichtern.

Rahmenbedingungen

Es ist hilfreich, wenn Schulen Zeiträume und Plattformen zur Verfügung stellen, damit Wünsche und Erwartungen mit den Eltern ausgetauscht werden können. Eltern nehmen oft Themen, die besprochen wurden, zu Hause auf und so führen auch kleine Schritte zu einem grossen Ziel. Es besteht allerdings die Gefahr, dass durch die Verpflichtung auch Ansprüche geweckt werden, die dann nicht befriedigt werden können. Klare und konkrete Ziele sind hilfreich, besonders auch im ISF-Bereich. Spätestens ab der 6. Klasse sollen auch die Kinder einbezogen werden.

Chancen

Für eine gute gesunde Schule bieten die Vereinbarungen Chancen. Lehrpersonen und Eltern geben den Kindern gemeinsam Halt. Gemeinsame Förderung steht im Vordergrund, statt Schulausschluss in Konfliktsituationen, wie zum Beispiel Kiffen, wird die Entwicklung der Kinder zu selbstbewussten und selbstverantwortlichen Erwachsenen gefördert. Für alle Eltern und Kinder bestehen die gleichen Bedingungen. Zudem wird die Gesprächskultur zwischen Lehrpersonen und Eltern unterstützt.

Die verwendeten Folien sowie Literaturhinweise werden unter www.bildungundgesundheit.ch → Eltern → Aktuell zur Verfügung gestellt.

Maya Mulle, e-mail: mulle@elternmitwirkung.ch

Früherkennung und Frühintervention in Schulen der Sekundarstufe I und II

Walter Minder, lic. phil., Bundesamt für Gesundheit, Fachstelle Jugend, Ernährung und Bewegung, Bern

Im Rahmen der Cannabis Prävention initiiert das Bundesamt für Gesundheit (BAG) das innovative Projekt «Früherkennung und Frühintervention» im Schul- und Ausbildungsbereich. Mit diesem nationalen Projekt will das BAG einen Beitrag für ein effizientes Problemmanagement bei auffälligen und in ihrer Entwicklung gefährdeten Jugendlichen leisten. Durch ein gemeinsames Engagement von Fachstellen und Schulen, Eltern und weiteren Bezugspersonen sowie durch eine klare Aufgaben- und Rollenteilung entsteht ein tragfähiges Auffangnetz für gefährdete Jugendliche.

Das BAG unterstützt Fachstellen und Schulen in ihren gemeinsamen Bemühungen um Früherkennung und Frühintervention mit finanziellen Beiträgen.

Schulen können gemeinsam mit Fachstellen ein massgeschneidertes Konzept für Früherkennung und Frühintervention entwickeln und umsetzen. MitarbeiterInnen von Fachstellen steht die Teilnahme an einem Nachdiplomkurs offen, der sie für Früherkennung, Frühintervention, Beratungs- und Unterstützungsarbeit in Schulen spezialisiert. Das Projekt baut auf dem vom Bundesamt für Gesundheit und der Schweizerischen Fachstelle für Alkohol- und an-

dere Drogenprobleme (Kompetenzzentrum von bildung + gesundheit netzwerk schweiz) herausgegebenen Leitfaden «Schule und Cannabis» auf. Das Projekt ist aber in der Thematik breit angelegt: Früherkennung und Frühintervention beziehen sich auf verschiedenste Anzeichen einer fehlgeleiteten Entwicklung, also nicht nur auf den Konsum von Cannabis oder anderen Sucht- und Genussmitteln. Die Zusammenarbeit der verschiedenen Akteure (Fachstellen, Schulen, Eltern u.a.) ermöglicht ein konstruktives und professionelles Problemmanagement, welches bei gefährdeten SchülerInnen zum Einsatz kommt, wie auch immer die Gefährdung aussieht.

Walter Minder, e-mail: walter.minder@bag.admin.ch

Information für Schulen: Barbara Zumstein, Schweizerisches Netzwerk Gesundheitsfördernder Schulen, Habsburgerstrasse 31, 6003 Luzern, e-mail: zumstein@radix.ch.

Information für Fachstellen: Enrica Zwahl, Hochschule für soziale Arbeit, Werftstrasse 1, 6002 Luzern, e-mail: ezwahl@hsa.fhz.ch

Chili – Konstruktive Konfliktbearbeitung in Schulsystemen

Peter Stricker, Supervisor/Organisationsberater, Schweizerisches Rotes Kreuz Bern, Abt. Konstruktive Konfliktbearbeitung

These

Wenn eine gute Schülerin eine Schülerin ist, die weiss, dass und weshalb sie eine Aufgabe verstanden hat und diese lösen kann, ist eine gute Schule bezüglich Konfliktarbeit eine Schule, die weiss, dass und weshalb sie mit Konflikten umgehen kann.

Mit dem Projekt «chili» versucht das Schweizerische Rote Kreuz, Schulsysteme auf dem Weg hin zu einer guten Schule zu begleiten. In der konstruktiven Konfliktbearbeitung gibt es keine Rezepte; wichtig ist die vertiefte Auseinandersetzung mit den Bereichen: Wahrnehmung, Definition, Gefühle, Strategien, Analyse und Lösungsentwicklung.

In den beiden Ateliers wurden die verschiedenen Angebote des SRKs kurz vorgestellt; die Arbeit mit Schulsystemen wurde ausführlich behandelt. Der Schwerpunkt lag darin, die Grundhaltung der bedürfnisorientierten Systemarbeit mit den dazu gehörenden spezifischen

Inhalten darzustellen und zu diskutieren. Einmal mehr ging es auch um die Unterscheidung Prävention – Intervention. Eine kleine Übung zur Thematik «Strategien» lockerte den Workshop auf.

Fazit

Aus meiner Sicht fand ein intensiver Austausch statt. Die Teilnehmenden waren konstruktiv-kritisch und sehr motiviert, in der Übung mitzumachen und die Diskussion mitzugestalten. Es wurden sehr viele praxisbezogene Fragen gestellt. Diese wurden so gut wie möglich beantwortet.

Peter Stricker, e-mail: peter.stricker@besonet.ch



Aus dem Schulalltag: «gesund und bewegt»

Willi Dahinden, Sport- und Deutschlehrer, Kantonsschule am Burggraben, Projektleiter PEM, St. Gallen – Netzwerkschule

Die grosse Chance bei den Themen Ernährung und Bewegung («gesund & bewegt») liegt in einem fächerübergreifenden Unterricht. Wenn es gelingt, Lehrkräfte aus den Bereichen Sport und Hauswirtschaft (und Biologie) für eine gemeinsame Behandlung dieser Thematik zu gewinnen, ist eine gute Voraussetzung für eine Umsetzung geschaffen. Wer noch weiter gehen möchte, könnte diese Thematik zu einem Schulthema machen.

Seit rund 10 Jahren setzen die Sportlehrpersonen der Kantonsschule am Burggraben in St. Gallen Bewegung und Ernährung in verschiedenen Formen im Schulalltag um. Viele dieser Erfahrungen sind in das Lehrmittel «gesund & bewegt» eingeflossen.

Spezielle Unterrichtswoche/Schullager

Am besten und zufriedenstellendsten lässt sich B+E ganzheitlich in einem Schullager oder in einer speziellen Unterrichtswoche erleben.

1999 verbrachten wir fünf Tage in einem Schullager mit einer Kleingruppe von 10 SchülerInnen im Alter von 16 – 18 Jahren in Figino. Thema war: Essen und Velo fahren. Am Abend waren jeweils zwei Personen für das Essen verantwortlich. In einer Besprechung (zwei Monate vor Lagerbeginn) hatte die Gesamtgruppe die Menüs festgelegt, so dass sie noch zu Hause geprobt werden konnten. Dies zahlte sich aus, die Abendessen im Lager waren alle gut bis sehr gut.

Während zweier Tage führten alle möglichst genau ein Energiebilanzprotokoll bestehend aus: Ernährungsprotokoll (Gesamtenergiezufuhr, prozentuale Verteilung der Makronährstoffe, Menge Flüssigkeit) und Aktivitätsprotokoll. Zusammen mit dem Biologielehrer wurden die Protokolle ausgewertet. Einige Resultate: Die meisten wiesen eine negative Energiebilanz auf. Dazu gab es verschiedene Erklärungsmöglichkeiten: nicht alles protokolliert; Mengen zum Teil schwer abschätzbar; Tabellen stimmen nicht; Aktivität zu hoch eingestuft. Hauptgrund aus unserer Sicht war aber, dass die meisten weniger assen als sie verbrauchten. Wir staunten immer wieder, wie wenig diese jungen Menschen während den Hauptmahlzeiten assen. Uns schien, dass sie sich sehr schnell gesättigt fühlten und nicht mehr essen konnten, obwohl sie das Essen schätzten. Es ging dann aber oft nicht lange, und sie führten so genanntes Junkfood zu. Tendenziell stellten wir auch fest, dass relativ wenig getrunken wurde.

Am Abend gab es jeweils einen 45-minütigen Informationsblock über Ernährung. Obwohl die Gruppe dieses Lager mit seiner speziellen Thematik frei gewählt hatte, war die Motivation sehr unterschiedlich. Rund die Hälfte zeigte sich sehr interessiert, und zwar bei den sportlichen Aktivitäten, beim Kochen und bei den Theorieblöcken. Die andere Hälfte zeigte einseitige Interessen (nur am Sport oder nur am Kochen interessiert).

Fazit für mich aus dieser Woche: Das Thema interessierte die meisten, bezüglich der Umsetzung gab es jedoch unterschiedliche Erwartungshaltungen.

Im Rückblick wurden die Resultate festgehalten und Folgerungen gezogen: Massnahmen bei negativer Energiebilanz: unbedingt Frühstück einnehmen, neben Hauptmahlzeiten auch Zwischenmahlzeiten einbauen, auf genügend Flüssigkeitszufuhr achten.

Schulalltag

An der Kantonsschule Burggraben gibt es keinen Hauswirtschaftsunterricht. Im Sportunterricht gibt es aber trotzdem viele Möglichkeiten, Ernährung und Bewegung praktisch erleben zu lassen. Viele Beispiele finden sich im Lehrmittel «gesund+bewegt».

Im Gleichgewicht

Kleingruppen (3 – 6 Personen) stellen Im-Gleichgewicht-Sein oder In-der-Balance-Sein dar. Egal ob 13- oder 19-jährige, ob Knaben oder Mädchen, diese Aufgabe wird immer wieder hochmotiviert ausgeführt mit entsprechend tollen Resultaten. Ich sage dann der Klasse jeweils am Schluss, sie solle ihre dargestellten Formen im Hinterkopf behalten als Erinnerung an die ausgeglichene Energiebilanz.

Parcours mit Fragen zu Aussehen und Gesundheit

Lehrmittel S. 19 «Gut aussehen = gesund sein: Die Fragen schreibe ich auf grosse Posters, hänge diese in der Turnhalle auf, die Klasse schreibt dann individuell Antworten hin. Die nachfolgende Diskussion ist meist lebhaft. Die unterschiedlichsten Meinungen stossen aufeinander und ermöglichen eine kritische Betrachtung von Modeerscheinungen im Bereich «Aussehen». Es zeigt mir immer wieder, wie kritisch junge Menschen diese Thematik diskutieren, aber auch unter welchem Gruppen- und Gesellschaftsdruck sie sich befinden.

Energiebilanz ausgleichen

Lehrmittel S. 30: Bei diesem Versuch zeige ich jeweils zuerst eine Banane oder einen Riegel und frage, wie viel Energie darin stecke. Viele fragende Gesichter, einige verwegene Antworten (von 80 kJ/20 kcal bis 1600kJ/400kcal), aber auch einige, die die richtige Zahl angeben. Dann wird die Banane oder der Riegel gegessen und anschliessend so lange gejoggt oder mit dem Seil gehüpft wie berechnet. Der Versuch löst dann Diskussionen aus, z.B. warum eine leichte Person so viel länger rennen darf (muss) als eine schwere. Oft mache ich dann noch den Versuch mit 2 dl Apfelsaft und einem Spiel. Die SchülerInnen staunen jeweils, dass in einem Spiel weniger Energie verbraucht wird als bei einem reinen Ausdauertraining. Das hängt natürlich damit zusammen, dass es in einem Spiel immer wieder ruhigere Phasen gibt. Die Klasse stellt aber auch fest, dass in einem Spiel der individuelle Einsatz sehr unterschiedlich ist und dass entsprechende Energieverbrauchstabellen Durchschnittswerte sind und somit für den Einzelnen nur beschränkt anwendbar sind.

Wie bemerkt man Flüssigkeitsmangel?

Lehrmittel S. 58: Bei diesem Versuch geht es darum, sich über längere Zeit zu bewegen, das eine Mal mit Flüssigkeitszufuhr, das andere Mal ohne. Der Klasse ist grundsätzlich klar, dass sie sich mit Zufuhr von Flüssigkeit besser fühlt, ihre Leistung höher ist. Das Erlebnis zeigt aber, wie es sich wirklich anfühlt, wenn man Durst hat. Der Versuch wirft auch immer die Frage auf: «Was ist sinnvoll während einer längeren Belastung zu trinken?» Ich habe eine Klasse auch schon sehr unterschiedliche Getränke «geniessen» lassen (Wasser, Isostar, leicht gesüsster Kräutertee, Cola, alkoholfreies Bier, Kaffee). Die Reaktionen waren dementsprechend unterschiedlich.

Ergänzungsfach Sport

Hier setze ich jeweils 4 Doppellektionen für (Sport)Ernährung ein. Ein Thema übrigens, welches alle bisherigen Klassen mehr oder weniger als das wichtigste in diesem Fach betrachteten. Ich mache auch hier Praxisversuche: Blutzuckermessung vor und nach Bewegung und bei Zufuhr eines Süssgetränks. In diesem Fach kann das Thema Energiebilanz vertieft behandelt werden. Zum Abschluss lade ich jeweils einen Spitzensportler ein, der aus der Praxis über seine Ernährungsweise erzählt.



Bewegung und Ernährung interessiert einen Grossteil unserer Jugendlichen sehr. Das Lehrmittel «gesund & bewegt» zeigt viele Möglichkeiten auf, wie Bewegung und Ernährung in den Unterricht einfließen können. Das ist für Unterrichtende wie auch für die Klasse gewöhnungsbedürftig, aber für den zukünftigen Sportunterricht richtungweisend.

Das Lehrmittel «gesund & bewegt» kann auf www.energie-management.ch gestellt werden.

Willi Dahinden, e-mail: willi.dahinden@ksbg.ch



Berichte aus Netzwerk-Schulen

Gesundheitsförderung im Spannungsfeld zwischen Pflicht und Kür

Arno Noger, lic. phil., Rektor der Kantonsschule am Burggraben, St. Gallen, Präsident der Schweizerischen Gymnasialrektorenkonferenz

Die Kantonsschule am Burggraben St. Gallen ist seit 1993 Mitglied des Schweizerischen Netzwerks Gesundheitsfördernder Schulen. Sie unterstützt einen verantwortungsbewussten Umgang mit der Gesundheit, verfolgt präventive Projekte und fördert das Wohlbefinden aller Beteiligten.

Hier die einzelnen Elemente: Der **Schularztdienst** wird durch einen Schularzt/eine Schularztin und eine Schularztsekretärin (je 45% Beschäftigungsumfang) gewährleistet. Dieses Team versieht zusätzlich auch den Schularztdienst an der Kantonsschule am Brühl. An beiden Kantonsschulen werden insgesamt 2500 SchülerInnen betreut. Der Schularztdienst verfügt über eine kleine Praxis im Gebäude der Kantonsschule am Burggraben und übernimmt umfassende Funktionen im Schulalltag. Er arbeitet eng mit den Rektorkommissionen und der Lehrerschaft zusammen.

Montags bis freitags ist der Schularztdienst von 7.45 – 12.00 Uhr geöffnet. Während diesen Zeiten können SchülerInnen und LehrerInnen mit sämtlichen Anliegen, die in den Arbeitsbereich des Schularztdienstes fallen, vorsprechen. In Notfallsituationen ist der Schularztdienst auch während der übrigen Zeit telefonisch erreichbar. Eltern haben die Möglichkeit, Gespräche mit dem Schularztdienst zu vereinbaren, wenn Probleme mit ihren Kindern auftreten.

In den letzten Jahren verzeichnete der Schularztdienst vermehrt Konsultationen wegen psychischen Problemen. Einerseits melden sich SchülerInnen direkt beim Schularztdienst wegen psychischen Problemen, Essstörungen oder Problemen in Zusammenhang mit Suchtmittelabusus, andererseits werden sie zur Abklärung durch Abteilungsvorstände oder LehrerInnen zugewiesen. Auch Schulkameraden von Betroffenen suchen oft Rat.

In sozialen Notsituationen steht der Schularztdienst – in enger Zusammenarbeit mit dem Abteilungsvorstand – den SchülerInnen mit Rat und Tat zur Seite. Einerseits sind sie oft mit Finanzproblemen konfrontiert, andererseits treten während der Pubertät oft Spannungen im Elternhaus auf, die ein weiteres Zusammenleben im bisherigen Rahmen nicht mehr zulassen. In solchen Situationen wird versucht, vorerst mit Gesprächen, allenfalls auch unter Einbezug des Elternhauses, eine Lösung zu finden oder die SchülerInnen an bestehende Sozialinstitutionen, das Jugendsekretariat oder die Vormundschaftsbehörden weiterzuleiten.

Insgesamt kommt dem Schularztdienst in den oben erwähnten Problemfeldern eine wichtige Triagefunktion zu. Durch die regelmässige Pflege der Kontakte zu Ärzten und Institutionen, ist eine gute Basis für die weitergehende Behandlung/Therapie von an der Kantonsschule erkannten Problemen gewährleistet.

Regelmässig finden an der Kantonsschule am Burggraben Präventionsveranstaltungen zu Themen aus dem Suchtbereich (Sexualität, AIDS, Alkohol und andere Süchte) statt. Dieses Präventionsangebot wird erweitert durch wechselnde Angebote für die Eltern.

Nachdenkgruppe «Gesunde Schule»: Eine Gruppe aus Lehrpersonen und SchülerInnen hat sich mit Fragen aus dem Themenbereich «Gesunde Schule» auseinandergesetzt und den entsprechenden Leitbildsatz «Gesundheit erhalten: Unsere Schule unterstützt einen verantwortungsbewussten Umgang mit der Gesundheit. Sie ist aktiv in Beratung und Prävention.» mit konkreten Vorschlägen zu Händen von Schulleitung und Konvent ergänzt. Die Arbeitsgruppe machte Vorschläge für eine umfassende Umsetzung des Begriffs «Gesundheit» analog der Definition der WHO: «Ge-

sundheit ist ein Zustand des vollständigen körperlichen und sozialen Wohlergehens und nicht nur das Fehlen von Krankheit und Gebrechen.»

Kanti in Form: In Zusammenarbeit zwischen den Sportlehrkräften der Kantonsschule und dem Schularztendienst wurde ein Lehrmittel entwickelt, das den SchülerInnen die Hintergründe zu Sport, Bewegung und Gesundheit auf theoretischer Ebene und mit Anleitungen zur praktischen Arbeit liefert. Dieses Lehrmittel wird in den Sportunterrichtseinheiten eingesetzt. Es enthält Ausführungen zur Trainingslehre und Konditionsfaktoren sowie über die koordinativen Fähigkeiten, Entwicklung der Leistungsfähigkeit und des Bewegungsverhaltens. Ein weiteres Kapitel widmet sich dem Projekt Energiemanagement. Hier erleben die SchülerInnen die hohe gesundheitliche Bedeutung einer ausgeglichenen Energiebilanz.

Rauchfreie Schule: Eine Arbeitsgruppe der Lehrerschaft erarbeitete Vorschläge zum Vorgehen im Bereich des Tabakkonsums. Die Schulanlage (Gebäude und Innenhof) ist grundsätzlich rauchfrei. Eine Ausnahme bilden zwei Räume, in denen Lehrpersonen das Rauchen gestattet ist. Die Eingänge zur Kantonsschule sind als rauchfreie Zonen markiert und erlauben einen «rauchfreien» Zugang zur Schule.

Gemeinschaft fördern: Die Umsetzung des Leitbildsatzes «Gemeinschaft fördern» führte zum Aufbau eines Veranstaltungsprogramms unter dem Titel «Die Kanti lädt ein». Gemeinsame Aktivitäten, auch über die Arbeitszeit hinaus, fördern die Verbundenheit mit

der Schule und das Wohlbefinden aller Beteiligten. Es findet ein grosses Angebot solcher Aktivitäten statt: Gemeinsame Ausflüge, Wanderungen mit den Familienangehörigen in der Freizeit und der traditionelle Grillabend am 1. Schultag bieten verschiedenen Gruppen von Schulangehörigen Plattformen, um auch ausserhalb der Unterrichtszeiten Kontakte zu pflegen.

Angebot zur psychologischen Beratung: Lehrpersonen werden zunehmend mit neuen Problemfeldern konfrontiert, die nicht in den engeren Zuständigkeitsbereich des Schularztendienstes fallen: Mobbing, gruppenspezifische Probleme, Probleme im Umgang mit den Leistungsanforderungen. Diese Probleme können die Arbeit mit einzelnen SchülerInnen, aber auch mit einer ganzen Klasse, massiv beeinträchtigen. Die Schulleitung der Kantonsschule am Burggraben strebt eine dauerhafte Zusammenarbeit mit MitarbeiterInnen des Schulpsychologischen Dienstes des Kantons St. Gallen an, die mit der Altersstufe und den Bedingungen am Gymnasium gut vertraut sind.

Der Schulpsychologische Dienst des Kantons St. Gallen kann Ratsuchende bei der Suche nach Problemlösungen unterstützen und den Beratungsprozess steuern: Lernstörungen, Verhaltensstörungen, Entwicklungsstörungen, Störungen im Klassenverband, Psychologische Betreuung in Notsituationen (Unfall oder Krankheit mit Todesfolge, Suizid, Verbrechen etc.).

Arno Noger, e-mail: arno.noger@ed-ksbg.sg.ch

Stärken stärken

Rosmarie Bättig, Netzwerkbeauftragte/Projektleiterin, Primarschule Gettnau

Ob eine Gesundheitsfördernde Schule auch eine gute Schule ist, können wir nicht einfach so mit Ja oder Nein beantworten. Sicher können wir aber sagen, dass sich seit dem Beitritt zu den «Gesundheitsfördernden Schulen» unsere Schule stark verändert hat. Eine neue Ära ist angebrochen! Diese neue Zeit wurde nicht nur durch den Beitritt zu den «GFS» eingeläutet, sondern mindestens so stark auch durch das kantonale Projekt «Schule mit Profil»! Ganz speziell war bei uns, dass wir die kantonalen Vorgaben mit dem Aspekt der Gesundheitsförderung umsetzen. Diese beiden Projekte haben sich bei uns nicht konkurrenziert, sondern ergänzt. So konnten wir ideale und finanzielle Ressourcen bei der Gesundheitsförderung abrufen, um Themen von «Schule mit Profil» umzusetzen (z. B. Leitbild, Partizipation). Für uns war dies ein Glücksfall! Wie zeigt sich denn die oben erwähnte Veränderung?

- Nicht mehr «Ich und die Klasse» sondern viel mehr «Wir und die Schule»! So werden viele Aktivitäten nicht nur in einzelnen Klassen sondern mit der ganzen Schule umgesetzt.
- Wir lernten längerfristig planen (Leitbild und Schulprogramm).
- Die Projekte werden so ins Jahresprogramm integriert, dass wichtige Aspekte auch in den kommenden Jahren nachhaltig an unserer Schule bleiben.
- Wir lernten Projekte angehen, umsetzen und abschliessen.
- **Wir haben ein Profil bekommen!**

Folgende Projekte sind seit 1998 umgesetzt worden: Erstellung des Schulleitbild; Grosses Schulhausjubiläum; Ernährung; Installieren der Schulleitung; Reorganisation der Schulpflege; SchülerInnenpartizipation; Personalförderung und Beurteilung PFB (Konzept, Q-Gruppen, Hospitationen, Selbstbeurteilung, MitarbeiterInnengespräche); Begabungsförderung.

Seit dem Schuljahr 01/02 arbeiten wir mit einem Jahresprogramm und einem Jahresmotto. So sind seither folgende Jahresprojekte an der ganzen Schule verwirklicht worden:

- Schuljahr 01/02: Gewaltprävention: Jahresmotto: «Zum Streiten braucht man zwei, ich bin nicht dabei»! Interne Abmachungen für die Pausen und allgemein (Einführung des Pausenordners und der Pausensheriffs)
- Schuljahr 02/03: Spielplatzgestaltung: Jahresmotto: «Wir schauen mit, wir bauen mit»! Unsere Schulanlage wurde zu grossen Teilen um- und neugestaltet. Dabei entstand auch die überdachte Arena.
- Schuljahr 03/04: Begabungsförderung an der ganzen Schule: Jahresmotto: Stärken stärken «Wir lernen weiter, unser Hirn wird breiter»! Dabei wurde die bereits seit zwei Jahren bestehende Begabtenförderung (ca. 20 Kinder) ergänzt mit der Begabungsförderung von allen Kindern und das Konzept angepasst.

Im Atelier wurden mittels einer PowerPoint Präsentation die Projekte vorgestellt, die während den letzten Jahre mit der Unterstützung des Netzwerkes und der Gemeinde unter dem Leitgedanken der Gesundheitsförderung durchgeführt wurden.

In einer Diskussion wurden 3 Hauptfragen besprochen:

1. «Habt ihr ein Team, bei dem es keine Bremser gibt und wirklich alle mitmachen?» Es war für uns eine tolle Erfahrung, dass alle engagiert mitmachten und so ein Feuer entstand, dass die Projekte zum Erfolg führte. Erwähnenswert sind die Rahmenbedingungen, die empfehlenswert sind: Finanzielle Ressourcen (Netzwerk, Gemeinde) und eine bezahlte Poollektion (70 Arbeitsstunden) für die Projektleitung. Dadurch wurde von der Projektleitung viel vorbereitet, organisiert und zur Verfügung gestellt, was die Arbeit der Lehrpersonen erleichterte.

2. «Habt ihr auch fremdsprachige Kinder?» Ja, wir haben für eine Landgemeinde einen recht hohen Anteil, ca. 20%. Die klassenübergreifenden Aktionen sind ein guter Beitrag zur Integration dieser Kinder.
3. «Wie schafft man das, wenn jedes Jahr neue Elemente hinzukommen?» Etwas sehr Wichtiges, aber auch sehr Schwieriges ist es, die Nachhaltigkeit zu gewähren. Bei der Auswertung der Projekte erarbeiten wir wesentliche Faktoren, die uns weiterhin begleiten sollen. In unserer Jahresplanung

werden alle Themen immer wieder schriftlich aufgeführt. Eine Person ist verantwortlich für die Inputs zur Durchführung jener Bereiche, die wir beibehalten wollen. Von den zur Verfügung stehenden Projektgeldern wird immer wieder auch ein Teil zur Unterstützung dieser anhaltenden Projekte eingesetzt. Verschiedene Inputs, die immer wieder kommen erscheinen uns wirkungsvoller, als einmalige Ereignisse.

Rosmarie Bättig, e-mail: rbaettig@lula.ch

«Feel better»

Team «feel better», Lehrpersonen: Maya Hofer und Jörg van der Heyde; SchülerInnen Marina Wolgensinger, Anna Tschirky und Silvan Zindel, Kantonsschule Sargans

Im Jahr 1998 trat die Kantonsschule Sargans dem Netzwerk Gesundheitsfördernder Schulen bei. Damit dies möglich war, wurde ein Team aus Lehrpersonen und SchülerInnen gegründet.

Die Gruppe «feel better» setzt sich mit Fragen aus dem Themenbereich «Gesunde Schule» auseinander und realisiert während des Schuljahres konkrete Vorschläge und Projekte zur Verbesserung des Wohlfühlklimas an der KSS. Sie folgt dabei dem Leitbild: «Unsere Schule unterstützt einen verantwortungsbewussten Umgang mit der Gesundheit. Sie ist aktiv in Beratung und Prävention.» Die Arbeitsgruppe macht Vorschläge für eine umfassende Umsetzung des Begriffs «Gesundheit» analog der Definition der WHO: «Gesundheit ist ein Zustand des vollständigen körperlichen und sozialen Wohlergehens und nicht nur das Fehlen von Krankheit und Gebrechen.»

«feel better» organisiert für Lernende und Lehrende ausserhalb des regulären Schulbetriebs kulturelle oder sportliche Anlässe zur informellen Begegnung und zur Verbesserung der Kommunikation (Kondi-Training, Chlausrock, Volleyballnacht, Lehrerzorg etc.). Sie nimmt Anregungen auf und engagiert sich für eine Schule, in der jeder sich wohlfühlen kann (Ruhecke, Verbesserungen in der Mensa etc.).

Im Atelier präsentierten die beiden Lehrpersonen Maya Hofer und Jörg van der Heyde zusammen mit den drei Lernenden Marina Wolgensinger, Anna Tschirky und Silvan Zindel in einer Power Point Präsentation die Entstehung des Teams, das Konzept und ihre gelungenen wie auch misslungenen Projekte.

www.kantisargans.ch

3-Jahres Präventionsplan Ruggenacher

Peter Spori, Sekundarlehrer und Projektleiter Prävention/Gesunde Schule, Oberstufe Ruggenacher, Regensdorf

Nachhaltige Präventionspolitik anstatt Pfläscherli-Intervention

Die Oberstufenschule Ruggenacher hat einen 3-Jahresplan zu Gesundheitsförderung und Prävention entwickelt.

- 1.-Oberstufen-Klassen: Veranstaltung zum Thema Klassenklima; Göttisystem; Prävention sexueller Übergriffe; Keku (Körperübungen für Entspannung und Konzentration im Unterricht) – Schnuppertag GZ, Mühlihuus, Container, Kathol. Freizeitzentrum
- 2.-Oberstufen-Klassen: Suchtpräventions-Veranstaltung (Kurswoche) – Lust & Frust (Sexualpädagogik); Aidsprävention; Infoabend Berufswahl; Forumtheater zu Jugendthema
- 3.-Oberstufen-Klassen; Vorstellen von Beratungsangeboten für Jugendliche – Besichtigung der Berufsschulen in Zürich
Projekte für alle SchülerInnen: Abfallprojekt; Projekt Nichtraucher; Sportfreundliche Schule – Unterländer-Stafette – Gigathlon

Standortbestimmung nach zehn Jahren Projektarbeit hat folgende Ergebnisse gebracht:

- spürbar gute, positive Schulhauskultur
- Gewalt, Vandalismus von der Anlage verschwunden

- Gewisse Ermüdung der kreativen Kräfte im Lehrkörper
- Trotz einer gewissen Sättigung im Schulumfeld: Immer neue Projekte stehen an!
- Wir wissen zwar noch nicht wie und in welchem Umfang: Aber wir werden unseren Weg weiter gehen...

Die Diskussion im Atelier zeigte, dass wir alle in ähnlichen Booten sitzen bzw. mit ähnlichen Problemen kämpfen:

- Sparmassnahmen bedeuten vielerorts Fronarbeit
- Projektübersättigung in manchen LehrerInnenteams
- Uneinsichtigkeit bei wenigen, dafür aber sehr störende Behörden- bzw. Teammitglieder. Wie gehen wir mit diesen «Bremsern» um??
- Immer wieder neue, dringliche Problemfelder sollten in der Schule behandelt werden (Mangelnde Bewegung, Schule und Cannabis etc.)
- Momentane «Pisa Hysterie» ist erschwerend für langfristige Präventionsprojekte
- Fokus der Gesundheitsförderung auch vermehrt aufs LehrerInnenteam richten

Peter Spori, e-mail: pspori@bluewin.ch

fashion or passion?

Gesundheitsförderung im Schulbetrieb sichtbar machen

Josefine Krumm, Beauftragte für Gesundheitsförderung, Schule für Gesundheits- und Krankenpflege/Höhere Berufsfachschule Aarau

Die Schule für Gesundheits- und Krankenpflege in Aarau bietet Ausbildungen im Pflegeberuf zum Diplomniveau I und II an. Seit Oktober 2004 wird auch ein Studiengang der Höheren Fachschule Pflege geführt. Der schulinterne Gesundheitsdienst hat eine lange Tradition an der Schule für Gesundheits- und Krankenpflege Aarau. Die Inhalte und Ziele dieser Stelle haben sich stark verändert; von der Gesundheitsschwester mit Aufgaben wie Impfungen durchführen und kontrollieren, bis zur Beraterin, Projektmanagerin und Konzeptarbeiterin im Bereich von Gesundheitsförderung und Prävention. Zusammen mit der schulinternen Arbeitsgruppe ist er verantwortlich, dass Gesundheit zum Thema an der Schule gemacht wird.

Im Atelier wurden die verschiedenen Angebote vorgestellt, welche die Arbeitsgruppe Gesundheitsförderung seit ihrem dreijährigen Bestehen an die Hand nimmt:

- Gestalten von Innenräumen: Sitzgelegenheiten für Studierende, Rückzugsmöglichkeiten (Ruheraum, Leseraum), Raucherzonen (Wintergarten) einrichten um Nichtraucherzonen zu gewährleisten.
- Strukturelle Einflussnahmen: z.B. Erstellen eines Flyers als Teil des Schulprojekts
- Berücksichtigung sprachlicher Gleichbehandlung in schriftlichen Arbeiten und Dokumenten.
- Stoffplan durchkämmen auf die Verankerung der Themen in der Gesundheitsförderung, Sexualität in der Pflegeausbildung ein Tabu?, Lebenswelten/Kulturen.
- Partizipation der Studierenden: Zirkeltreffen, Treffen der Klassensprecher mit Schulleitung.
- Verleihung eines Preises an der Diplomfeier DNII.
- Planung und Durchführung von SchiLF-Anlässen: TTM und Stress, Salutogenese.
- Genussangebote: Abklärungen für verbesserte Snackangebote, Obst-Aktion, Pausenkiosk, Lunch, Wasserspender, Rezepttafeln (standortübergreifend), Saftladen, Empfang Höhere Fachschule mit Gute-Laune-Drink.

- Gestaltung von Jahresthemen: beiSinnen2002, Menschenbilder2003, Balance2004, Balance: Entschleunigung2005
- Bewegungsangebote: Bewegungslust (Aktion mit Kurs 27 und 28), mittwochs mobil
- Organisation von Treffen mit Klassen anderer Netzwerkschulen: «Gesundes Essen macht lustig»; «Nichtrauchen ist cool»; «zuhören – austauschen – motivieren»: Klassen aus Sekundarschulen besuchen die Präsentation der Freien Themen aus den Abschlussklassen.

Im Weiteren wurde das Projekt «Phönix» vorgestellt: die Gesunderhaltung sowie ein guter Umgang mit Stress und Unsicherheit. Unter fachkundiger Begleitung wurden Kamingespräche durchgeführt. Ängste wurden ausgesprochen und nach Bewältigungsstrategien gesucht.

Mit vielen dieser Aktionen ist es gelungen, bei allen Schulbeteiligten das Augenmerk immer wieder auf die Gesundheit(-sförderung) zu lenken.

Gelingfaktoren sind: Regelmässigkeit, Beharrlichkeit, Anstösse vermitteln, in einem ersten Schritt Personen dazu zu bringen, Absichten zu bilden statt Zielverhalten erreichen zu wollen.

Josefine Krumm, e-mail: Josefine.Krumm@ag.ch.

Statement einer Studierenden auf die Frage:

Was bringt Gesundheitsförderung und welchen Beitrag leistet sie zur guten Schule?

«Leider konnte ich das Entspannungsangebot noch nie nutzen – es ist immer besetzt! Sonst merke ich bisher nicht viel von der Gesundheitsförderung. Die Obst-Aktionen regen mich an, mehr Früchte zu essen. Das Entspannungsangebot erinnert mich daran, für mich selber mehr zu tun». (3. Ausbildungsjahr)

Anmerkungen des Tagungsbeobachters

Die Gesundheitsfördernde Schule – eine gute Schule?

Beat Bucher, Coaching – Organisationsentwicklung – Konzepte, Luzern

Die an guter Bildungsqualität orientierte Schule kann es sich so wenig leisten, die Gesundheit der Schulbeteiligten zu gefährden, wie die an der Gesundheitsförderung orientierte Schule es sich leisten kann, das Erreichen der Bildungsziele ausser Acht zu lassen. Denn beide treten an mit dem Anspruch, qualitätvolle Bildungsstätten zu sein – und nicht etwa Fabriken oder Spitäler, deren Handlungslogik, vereinfacht gesagt, primär durch das Generieren von direkt verwertbarer Leistung bzw. von Gesundheit bestimmt ist. Die gute Schule kann also gar nicht anders, als eine gesunde Schule sein zu wollen, und die gesunde Schule muss selbstredend eine gute Schule sein wollen. Darüber herrschte, denke ich, bereits vor, sicher aber an und nach der Tagung Einigkeit. Es musste also Gründe geben, warum es eine Tagung brauchte, die Fragen rund um diesen Konsens

thematisiert. Als einer, der bisher den Zugang zur guten Schule über allgemeine Kriterien der Schulqualität gesucht und gefunden hat, hatte ich dafür nicht sofort klare Antworten zur Hand. Und nach der Tagung?

Zunächst: Mir fiel bereits im Tagungsprospekt auf, wie sehr der allgemeine Diskurs zum Thema angewiesen ist auf terminologisch-ideologische Abgrenzungen – also Leistung vs. Wohlbefinden, Bildungsqualität vs. Gesundheitsförderung, effizienzorientierte (krankmachende) Qualitätspolitik vs. effektive (gesundheitsfördernde) Qualitätspolitik, das eine jeweils unreflektiert, das andere absichtsvoll, versteht sich. Das sind die Ingredienzien (schul-)politischer Rhetorik, die am Applaus des Publikums, nicht aber an der Klärung von Sachfragen orientiert ist.

Das spielte an der Tagung glücklicherweise eine untergeordnete Rolle. In den Workshops standen ganz spezifische Projekte und Erkenntnisse im Zentrum, die statt dem ideologischen Entweder-Oder dem erfahrungsgesättigten Sowohl-Als auch zum Recht verhalten: beispielsweise im Atelier 1 über die «Gesundheitsteams an Schulen» der Stadt Bern, das ich besuchte, vermochte Maria-Inès Carvajal auf wunderbar konkrete und einleuchtende Art vor Augen zu führen, wie sehr sich gute Schulstrukturen auf die Gesundheit und Leistung von SchülerInnen auswirken, also Schulentwicklung und Gesundheitsförderung gegenseitig sich bedingen (ausführlich nachzulesen in der empfehlenswerten Neuerscheinung «Die gesunde Schule im Umbruch» von Jean-Claude Vuille u.a., Bern 2004/Rüegger). Auch wenn Rektor Arno Noger am Nachmittag schwergewichtig von den gesundheitsfördernden Strukturen und Projekten an seinem Gymnasium berichtete, machte sein lebendiger Vortrag indirekt unmissverständlich klar: Ohne eine engagierte, an Innovationsfreude orientierte und gleichzeitig umsichtig-ausgewogen agierende Schulleitung dürften die schönsten Projekte verdampfen, bevor sie das Schulklima wirklich aufzulockern oder zu erwärmen vermöchten. Gesundheitsfördernde Schulen, wollen sie nachhaltig unterwegs sein, sehen sich mit denselben Herausforderungen konfrontiert wie alle, die Schulentwicklung ernstnehmen: die Unterrichtsentwicklung (die Gestaltung der Lehr- und Lernprozesse), die Organisationsentwicklung (die Gestaltung von Leitungs- und Kooperationsstrukturen und -prozessen) und die Qualitätsentwicklung, die beides verknüpft, stehen im Mittelpunkt der Arbeiten.

In dieselbe Richtung wiesen die beiden Referate am Vormittag: Tina Hascher formulierte, zum Zusammenhang von Gesundheitsförderung und Schulqualität befragt, allgemeingültige Kriterien der Wirksamkeit und betonte, dass auf dem Weg zu guten und gesunden Schulen letztlich dieselben Qualitätsstrategien ausschlaggebend seien: Transparenz der Ziele, Kompetenzaufbau, Multiperspektivität, Kooperation, Evaluation und Innovation. Auch Werner Wicki schien dem Zusammenhang von Gesundheitsförderung und Unterrichtsqualität keine spezifischen Aspekte abgewinnen zu können: Seine Ausführungen waren ein Plädoyer für die Anwendung moderner didaktischer Modelle, damit SchülerInnen möglichst oft zu Kompetenz- bzw. Selbstwirksamkeitserfahrungen kommen können: also entdeckendes oder problembasiertes Lernen in günstigen Lernumgebungen, in denen allgemeine Werte wie Respekt und Selbstverantwortung, aber auch Humor und Spiel einen wichtigen Platz einnehmen. Dass dabei das Lernen zu gesundheitsbezogenen Themen sich vom Lernen irgendwelcher anderer Gegenstände im Grunde nicht unterscheidet, war selbstredend und eigentlich die Quintessenz der Tagung: Im besten Falle dient die Gesundheitsförderung – als besonderes Ziel bzw. Thema einer Schule – der profilierten Ausprägung von guter Schule und gutem Unterricht. Das heisst: Die Gesundheitsfördernde und die gute Schule unterscheiden sich in der Zielsetzung optimaler Schul- und Bildungsqualität nicht, genau gesehen nicht einmal auf dem Weg dorthin.

An diesem Punkt scheint die Bewegung der Gesundheitsfördernden Schule heute angelangt zu sein, und weil sie sich dort mit jener der schulischen Qualitätsentwicklung (gute Schule) kreuzt, ja mit ihr konvergiert, steht sie gewissermassen vor der Frage nach ihrer Identität, nach der Eigenständigkeit ihrer Weiterentwicklung.

Die Tagung verstehe ich im Nachhinein als ein Innehalten, um über diesen Scheideweg, diese Ent-Scheidung nachzudenken. Es war daher interessant zu hören, wie sich ein prominenter Vertreter der Gesundheitsfördernden Schule dazu äusserte: Wie entwickeln sich die beiden Zugänge zur Schulqualitätsentwicklung – gegeneinander oder miteinander? Siegfried Seeger skizzierte eindrücklich, was die beiden heute verbindet, nämlich ihre Bedürftigkeit. Beide brauchen Modelle guter Praxis, brauchen Nachweise für ihre Wirksamkeit und ihres praktischen Nutzens, brauchen Akzeptanz in ihrem politischen Umfeld. Bindet sie das aneinander, oder verbindet sie das nur äusserlich? Der Referent redete – wenn ich seiner rasanten Rhetorik richtig folgen konnte – in diesem Punkt eher der kritischen Distanz das Wort: Indem er die Schulqualitätsdiskussion furios letztlich unter schieren Spar- und Effizienzverdacht stellte, die Gesundheitsförderung aber als umfassende Alternative dazu anpries, räumte er der «gesunden Schule» einen weiterhin eigenständigen Platz unter den Schulqualitätskonzeptionen ein. Zwar lässt sich diese Position meines Erachtens inhaltlich nicht aufrechterhalten, taktisch aber ist sie legitim. Es gibt tatsächlich verschiedene gangbare Wege zu verbesserter Schulqualität, und von Vorteil ist gewiss auch, dafür eine Vielzahl von Finanzierungsquellen zu haben. Wie sonst wäre ein Bundesamt für Gesundheit dazu zu bewegen, Schulen in ihrer Weiterentwicklung zu unterstützen? Unter solchen Gesichtspunkten müsste heute sogar ernsthafter darüber nachgedacht werden, wie der schulische Beitrag etwa zur sozialen Integration oder zum Umweltbewusstsein – wie die Gesundheitsförderung bildungsauffine Inhalte von gesamtgesellschaftlichem Nutzen – besser honoriert werden könnte, ohne dem strapazierten Schulbudget noch mehr und gleichzeitig zur Last zu fallen...

Seegers Sicht der Gesundheitsförderung als einem umfassenden Instrument erscheint indes plausibel, wenn es auf allen Ebenen des Bildungssystems als kritischer Analyse- und Diagnoseraster eingesetzt würde. Denn Gründe, das Bildungssystem mit den Anliegen der Gesundheitsförderung zu konfrontieren, gibt es zweifellos genug, heute und morgen: vom Ausblenden der zentralen Bedeutung überfachlicher Kompetenzen auf Systemebene (z.B. bei der aktuellen Diskussion um Leistungsmessungen, wo die kognitiven Selektionsfächer im Vordergrund stehen) bis hin zur sträflichen Vernachlässigung des Wohlbefindens als zentraler Voraussetzung für kreatives Lernen und Lehren bei Schulleitungen, Lehrpersonen und Eltern. Mir scheint, dass dieser anwendungsorientierten Ausdehnung des Konzepts der Gesundheitsförderung die Zukunft gehört, nicht der inhaltlichen Expansion auf Felder, die bereits leidlich bestellt werden; sie ginge einher mit dem Abschied von der in den letzten Jahren zu stark gewordenen Fokussierung auf die Einzelschule; auf dieser Ebene würde damit der Weg frei für eine fruchtbare Verschmelzung von guter und gesunder Schule zur guten-gesunden Schule – einer Entwicklung, für welche die Tagung prominent und zum richtigen Zeitpunkt die Fragestellung formulierte und ziemlich eindeutige Antworten lieferte.

Es war eine gute Tagung, ja, es war auch eine gesunde Tagung: Denn sie erlaubte, dass man vom «Krampf» um scheinbar rivalisierende Konzepte – gut oder gesund, Leistung oder Wohlbefinden – (fast) genesen konnte.

Beat Bucher, e-mail: beatbucher@tic.ch



- Achermann Emilie, Blösch Madlen, Gassmann Benno, Strub Charlotte (Hrsg.)
Gesunde Schule konkret – Ein Erfahrungsbericht
www.lehrmittelverlag.com, Nr. 1006660.04, Zürich 2004
- Aregger Kurt, Lattmann Urs Peter (Hrsg.)
Gesundheitsfördernde Schule – Eine Utopie? Konzepte, Praxisbeispiele, Perspektiven
Schriftenreihe Lehrerbildung Sentimatt Luzern, Bildung Sauerländer Verlag Oberentfelden/Aarau, ISBN 3-0345-0082-3
- Buddeberg, Barbara
Auf dem Weg zu einer gesundheitsfördernden Schule
Haupt Bern, 2000, ISBN 3-258-06143-2
- Freitag Marcus
Was ist eine gesunde Schule? Einflüsse des Schulklimas auf Schüler- und Lehrergesundheit
Gesundheitsforschung, Juventa Verlag Weinheim und München 1998, ISBN 3-7799-1183-3
- **Gesund und bewegt – Ein Lehrmittel für die Sekundarstufe I**
Schulverlag blmv AG: SchülerInnen-Arbeitsheft «Energiemanagement», Schulpreis Fr. 22.00; Handreichung für LehrerInnen Fr. 8.00
- Hascher Tina
Schulepositiv erleben – Ergebnisse und Erkenntnisse zum Wohlbefinden von Schülerinnen und Schülern
Haupt Verlag Bern, Stuttgart, Wien 2004, Schulpädagogik-Fachdidaktik-Lehrerausbildung Band 10, ISBN 3-258-06761-9
- Hascher Tina
Wohlbefinden in der Schule
Waxmann Münster/New York, Pädagogische Psychologie und Entwicklungspsychologie (40), Hrsg. D. H. Rost, ISBN 3-8309-1354-0
- Hurrelmann Klaus, Klocke Andreas, Melzer Wolfgang, Ravensieberer Ulrike (Hrsg.)
Jugendgesundheitsurvey – Internationale Vergleichsstudie im Auftrag der WHO
Juventa Verlag Weinheim/München, 2003, ISBN 3-7799-1199-X
- Landesvereinigung für Gesundheit Sachsen-Anhalt e.V.
Audit Gesunde Schule – Ein Leitfaden
Landesvereinigung für Gesundheit Sachsen-Anhalt e.V., Geschäftsstelle Magdeburg, Bandwikerstrasse 12, D-39114 Magdeburg, Tel. 0049 391 836 41 11, e-mail: magdeburg@lvg-lsa.de
- Miller Reinhold
Sich in der Schule wohlfühlen – Wege für Lehrerinnen und Lehrer zur Entlastung im Schulalltag
Beltz Taschenbuch 71 Weinheim und Basel 2000, ISBN3-407-22071-5
- Schmid, Holger / Kuntsche, Emmanuel N. / Delgrande, Marina
Anpassen, ausweichen, auflehnen? Fakten und Hintergründe zur psychosozialen Gesundheit und zum Konsum psychoaktiver Substanzen von Schülerinnen und Schülern
Haupt Bern, 2001, ISBN 3-258-06269-2
- Singer, Kurt
Wenn Schule krank macht – Wie macht sie gesund und lernbereit?
Beltz Taschenbuch 817 Weinheim und Basel 2000, ISBN 3-407-22817-1
- Vuille Jean-Claude, Carvajal Maria Ines, Casaulta Fabiana, Schenkel Maya
Die gesunde Schule im Umbruch
Rüegger Verlag Zürich, ISBN 3-7253-0772-5



Die Schweiz ist seit 1993 Mitglied des Europäischen Netzwerkes Gesundheitsfördernder Schulen (ENGs): Ein Programm der WHO, der EU und des Europarates. Radix koordiniert das Schweizerische Netzwerk seit 1997 im Auftrag des Bundesamtes für Gesundheit und Gesundheitsförderung Schweiz.



Unsere Versanddatei wächst – dies freut uns. Dennoch möchten wir unsere Informationen nur an wirklich Interessierte schicken. Falls Sie in Zukunft auf unseren Versand verzichten wollen: Vermerken Sie dies bitte auf dem Talon und schicken uns diesen zu.

Bitte Adresse in Datei löschen

Ausschneiden und einsenden an:
Netzwerk Gesundheitsfördernder Schulen
Radix Gesundheitsförderung
Habsburgerstrasse 31
6003 Luzern
Tel. 041 210 62 10
Fax 041 210 61 10
info-lu@radix.ch

Ich bin / wir sind interessiert an folgenden Dienstleistungen des Netzwerkes:

- elektronischer Newsletter (erscheint viermonatlich)
- Impulstagungen
- Erfahrungsaustausch
- Wir sind interessiert, eine Netzwerkschule zu werden. Nehmen Sie mit uns Kontakt auf.

Kontaktperson _____
Institution/Schule _____
Strasse _____
PLZ/Ort _____ Kanton _____
Telefon/Fax _____
E-Mail _____