



Schweizerische Eidgenossenschaft
Confédération suisse
Confederazione Svizzera
Confederaziun svizra

Eidgenössisches Departement des Innern EDI
Bundesamt für Gesundheit BAG

netzbrief **b+g**

november 2008 nr. 7



bildung + gesundheit –
Netzwerk Schweiz
Unsere Kompetenzen
Unsere Dienstleistungen

Leser/innen-Umfrage mit Verlosung

Wie beurteilen Sie den Netzbrief b+g?
Für welche Gesundheitsthemen brauchen Schulen Unterstützung?

Die Umfrage finden Sie unter www.bildungundgesundheit.ch.
Beteiligen Sie sich bis zum 20.12.2008 und gewinnen Sie! Wir wünschen Ihnen bei der Verlosung – eine Überraschung im Hotel Montana in Luzern für zwei Personen – viel Glück. Herzlichen Dank für Ihre Unterstützung!



**bildung+
gesundheit**
Netzwerk Schweiz

Inhalt

3 Editorial Thomas Zeltner

4 Editorial Isabelle Chassot

Programmleitung

5 **bildung + gesundheit, das Netz für Schulen**
Dagmar Costantini
Barbara Zumstein

Mitglieder des Netzwerks b+g

7 **bfu – Beratungsstelle für Unfallverhütung**

10 **Schweizerische Gesellschaft für Ernährung**

13 **Schulklima – Interkantonales Kompetenzzentrum für Gesundheitsförderung durch Schulentwicklung**

14 **Kompetenzzentrum Sexualpädagogik und Schule**

15 **RADIX – Schweizer Kompetenzzentrum für Gesundheitsförderung und Prävention**

17 **Schweizerische Fachstelle für Alkohol- und andere Drogenprobleme SFA – Prävention von Drogenproblemen**

19 **Kompetenzzentrum für Sport- und Bewegungsförderung in der Schule**

21 **Kompetenzzentrum RessourcenPlus R+**

23 **Schweizerischer Bund für Elternbildung SBE: Fachstelle Elternmitwirkung**

25 **chili – konstruktive Konfliktbewältigung: Schweizerische Rote Kreuz**

28 **feelok – Institut für Sozial- und Präventivmedizin der Universität Zürich**

Hinweise

30 Hinweise

Impressum

Herausgeber

bildung + gesundheit Netzwerk Schweiz
Bundesamt für Gesundheit BAG
Sektion Drogen
CH-3003 Bern
+41 (0)31 322 62 26

Abo / Download

Der *Netzbrief b+g* erscheint zwei Mal jährlich. Gratisabonnements können unter www.bildungundgesundheit.ch bestellt werden.

Hier steht auch die PDF-Version des Netzbriefts zur Verfügung.

Redaktionsleitung

Silvio Sgier, Consulting & Coaching, Chur

Redaktionsteam

Barbara Zumstein, Schweizerisches Netzwerk Gesundheitsfördernder Schulen
Markus Cotting, bfu – Beratungsstelle für Unfallverhütung
Maya Mülle, Elternmitwirkung
Francine Richon und Ruth Wenger, Promesce – Promotion des Médias, Environnement, Santé et Citoyenneté dans un processus Educatif

Gestaltung

Grafikatelier Thomas Küng, Luzern

Druck

Gegendruck, Luzern

Auflage

15'000 Exemplare

Sponsor

 **bfu bpa upi**

Die redaktionelle Verantwortung für den Netzbrief b+g tragen die Redaktionsleitung und das Redaktionsteam. Die Programmleitung von *bildung + gesundheit – Netzwerk Schweiz* stellt Kohärenz zum Programm b+g sicher. Für Inhalt, Stil und Übersetzungen der einzelnen Beiträge zeichnen die jeweiligen Autorinnen und Autoren verantwortlich.

Gesundheitsförderung in der Schule: eine Herausforderung, der sich das BAG stellt



Nach der Freizeitgesellschaft wird nun die Gesundheit zum neuen Leitmotiv des 21. Jahrhunderts. Gesundheit wird überall thematisiert, unabhängig vom Medientyp, ob Papier oder digital. Dies gilt auch für Präventivmassnahmen für alle Bevölkerungsschichten – von jung bis alt. Dabei reicht es nicht aus, uns der Thematik bewusst zu werden und sie in Worte zu fassen, unsere Jugend muss die entsprechende Gesundheitskompetenz entwickeln, um die Herausforderungen des modernen Lebens angehen zu können. Für das BAG ist Gesundheit ein absolut prioritäres Ziel.

Die Schule – ein weiteres in der gesellschaftlichen Debatte allgegenwärtiges Thema – ist der bevorzugte Ort, um an die Jugend zu gelangen, wobei die notwendigen Massnahmen kompetente und koordinierte Umsetzungen erfordern (vgl. die untenstehende Übersicht über die aktuellen Massnahmen des BAG). Um gesundheitsförderndes Verhalten begünstigen zu können, müssen Lehrpersonen, Eltern, Schülerinnen und Schüler befähigt werden, in Bezug auf ihre Gesundheit kompetente Entscheide zu treffen.

Damit die Präventionsprogramme wirklich effizient greifen können, müssen sie durch strukturelle Massnahmen im Setting Schule ergänzt werden. Die aktuell im Rahmen des HarmoS-Konkordats diskutierte Integration des Themas Gesundheit in der Grundbildung wäre zweifellos ein wichtiger Meilenstein auf diesem Weg. Bund und Kantone stehen gemeinsam vor der Herausforderung, allen Akteuren im schulischen Umfeld die bestmöglichen Instrumente zur Förderung der Gesundheit zur Verfügung zu stellen. Die Stärkung der Gesundheit unserer Jugend ist ein zentrales Thema für die Zukunft.

Thomas Zeltner

Direktor des Bundesamts für Gesundheit

Das BAG entwickelt seit bald zwanzig Jahren spezifische Massnahmen zugunsten der Jugend. Vor allem im Bereich der Primärprävention werden Internetplattformen wie tschau.ch oder feelok.ch zur Sensibilisierung der Jugendlichen für Gesundheitsfragen unterstützt. Gleichzeitig wird mit verschiedenen Partnern, darunter die verschiedenen Jugenddachverbände, zusammengearbeitet. Ausserdem engagiert sich das BAG in der Sekundärprävention im Zusammenhang mit Cannabiskonsum und in der Früherkennung und -intervention bei gefährdeten Jugendlichen.

bildung + gesundheit Netzwerk Schweiz (b+g) ist ein vom BAG getragenes Programm zur Prävention und Gesundheitsförderung im Setting Schule. Lanciert im Jahr 2002 ist es das Ergebnis einer langen Zusammenarbeit mit der Konferenz der kantonalen Erziehungsdirektoren, die mehrere Projekte ins Leben gerufen hat. Dieses Programm agiert als Netzwerk, dessen Mitglieder sich mit spezifischen Themen und Aufgaben befassen (Suchtprävention, Sexualerziehung, Sicherheit, Stressbewältigung, etc.). Das Netzwerk *b+g* unterstützt Lehrpersonen, Eltern, Schulleitungen mit einer Vielfalt an didaktischem Material und Broschüren zur thematischen Sensibilisierung, es stellt Forschungsergebnisse zur Verfügung und bietet Weiterbildung an. *b+g* unterstützt die Schulen auf dem Weg zu einer gesunden Organisation – zur «Gesundheitsfördernden» Schule.

Diese Ausgabe des Netzbriefes zeigt die innerhalb von *b+g* entwickelte Dynamik und stellt die aktuellen Arbeiten der verschiedenen Netzwerkmitglieder vor.

Das gesamte Angebot ist auf www.bildungundgesundheit.ch zu finden.

Prävention und Förderung der Gesundheit in der Schule

Rolle und Schwerpunkte der EDK



Inhaltlich haben die Kantone die Gesundheitsförderung und Prävention in der Schule bereits vor mehreren Jahren in das Tätigkeitsprogramm der Erziehungsdirektorenkonferenz EDK aufgenommen. Dabei wird klar betont, dass die Schule weder als Ersatz für die Familie noch für andere soziale Strukturen dienen kann, sondern im direkten Verbund mit den betreffenden öffentlichen Stellen arbeiten muss. Mit der Verabschiedung des Konkordats HarmoS¹ durch die Kantone steht auf gesamtschweizerischer Ebene erstmals eine verbindliche Grundlage für die Integration dieses Bildungsbereiches in die obligatorische Schule zur Verfügung. Das Konkordat legt die übergeordneten Ziele der obligatorischen Schule für das gesamte Land fest. Es werden nicht die einzelnen Lehrpläne, sondern die im Rahmen der Grundausbildung anzustrebenden Ziele definiert. Diese übergeordneten Ziele – darunter jene, welche die Gesundheit betreffen – stellen im schweizerischen Bildungssystem eine echte Neuerung dar. Inskünftig sind die Kantone und Regionen verpflichtet, sie in den Lehrplänen umzusetzen.

Die deutschsprachigen Kantone haben 2007 damit begonnen, einen einheitlichen Lehrplan für die gesamte Deutschschweiz zu erstellen. Eine Komponente dieses D-Lehrplans ist BNE+, ein Programm, das die vier Bildungsbereiche Gesundheitserziehung, das globale Lernen, die Umweltbildung und die Bildung für nachhaltige Entwicklung als überfachliche Komponenten in den Lehrplan integriert. Der Teil BNE+ wird im Übrigen gemeinsam von den beteiligten Bundesämtern (ARE, BAFU, BAG, DEZA)² finanziell unterstützt. In der Westschweiz befindet sich der PER (Plan d'Etudes Romand) gerade in der Konsultationsphase. Der Plan enthält den neuen Fachbereich «formation générale», in welchem die vier Bildungsbereiche Gesundheitserziehung, politische Bildung, Umweltbildung und Medienbildung integriert sind.

So verfügt das schweizerische Bildungssystem im Bereich Gesundheitsförderung und Prävention in der Schule über eine verbindliche, kohärente Architektur, die auf Subsidiarität beruht und die sprachregionalen Unterschiede unseres Landes berücksichtigt. In dem fortgesetzten Bemühen um einen kohärenten Arbeitsansatz hofft die EDK daher, dass der vom BAG vorbereitete Entwurf eines Präventionsgesetzes weiterhin ein konzertiertes Handeln und die Bündelung von Synergien anstrebt. Gleichzeitig erwartet sie, dass sich auch die Stiftung Gesundheitsförderung Schweiz in den Dienst dieses gemeinsamen Projekts stellt.

Isabelle Chassot
Staatsrätin
Präsidentin der Schweizerischen Konferenz
der kantonalen Erziehungsdirektoren

1 Konkordat zur interkantonalen Vereinbarung über die Harmonisierung der obligatorischen Schule. Das Konkordat wurde am 14. Juni 2007 von den Kantonen verabschiedet und anschliessend den kantonalen Parlamenten zur Ratifizierung vorgelegt. Dazu insbesondere: Art. 3 Abs. 2, Bst. e, mit dem Titel Bewegung und Gesundheit.

2 ARE: Bundesamt für Raumentwicklung, BAFU: Bundesamt für Umwelt, BAG: Bundesamt für Gesundheit, DEZA: Direktion für Entwicklung und Zusammenarbeit

bildung + gesundheit, das Netz für Schulen



bildung + gesundheit Netzwerk Schweiz (b + g) ist ein engmaschiges Netz, welches Schulen rund um alle Themen der Gesundheit unterstützt: Gesundheitsförderung, Strukturbildung, Prävention, Gesundheitsbildung, Suchtprävention, Ernährung, Bewegung, psychische Gesundheit und und und.



Die Erziehungsdirektor/innen haben 2007 im Rahmen des HarmoS Konkordats der Gesundheitserziehung eine zentrale Bedeutung zugeschrieben: Gesundheit soll als einziges neues übergeordnetes Bildungsziel in die Grundbildung integriert werden.

In der modernen Gesellschaft sollen Kinder und Jugendliche auch in der Schule Gesundheitskompetenz (health literacy) erwerben, die es ihnen ermöglicht neben der aktiven Gestaltung ihres Lebens das eigene Wohlergehen zu erhalten oder wenn nötig dieses wieder zu erlangen. Kinder, Jugendliche und junge Erwachsene müssen Fähigkeiten entwickeln, um Gesundheitswissen willentlich so in persönliche und kollektive Handlungen umzusetzen, dass diese sich positiv auf die eigene Gesundheit und die Gesundheit anderer sowie auf die Lebens- und Umweltbedingungen auswirken.

Dabei geht es um das Erwerben von Lebenskompetenzen, um das Identifizieren der Einflussfaktoren für die physische und psychische Gesundheit, aber auch darum zu lernen, wie diese selbst beeinflusst und angepasst werden können. Es geht zudem darum, dass Schülerinnen und Schüler erkennen, wenn die eigene Gesundheitsbalance in Misslage gerät (oder geraten ist), dass sie lernen diese Disbalance zu artikulieren und sich Strategien zur Wiederherstellung der Balance aneignen.

bildung + gesundheit richtet den Fokus aber nicht lediglich auf die Schülerinnen und Schüler. Im Wissen darum, dass nur gesunde und zufriedene Lehrerinnen, Lehrer, Schulleitungen, Hauswartinnen und Hauswarte, administratives Personal gemeinsam und unter Mitwirkung der Eltern die Schule so gestalten können, dass Schülerinnen und Schüler sich in ihr wohlfühlen und gute Leistungen erbringen können, gilt der Fokus der Unterstützungsangebote auch diesen Zielgruppen und Schlüsselpersonen. Die Schule soll ein gesundheitsförderlicher Lern- und Arbeitsort sein.

Das Netzwerk *b+g* ist eine Kooperationsplattform von Expertinnen und Experten verschiedener Institutionen, die sich als professionelle Partner für die Gesundheitsförderung und Prävention im schulischen Kontext verstehen. Sie orientieren sich in ihrer Arbeit an den Prinzipien der Ottawa Charta: Partizipation, Befähigung zu selbst bestimmtem Handeln, Ressourcenorientiertheit, Langfristigkeit und Chancengleichheit bezüglich Geschlecht, sozialer, ethnischer und religiöser Herkunft.

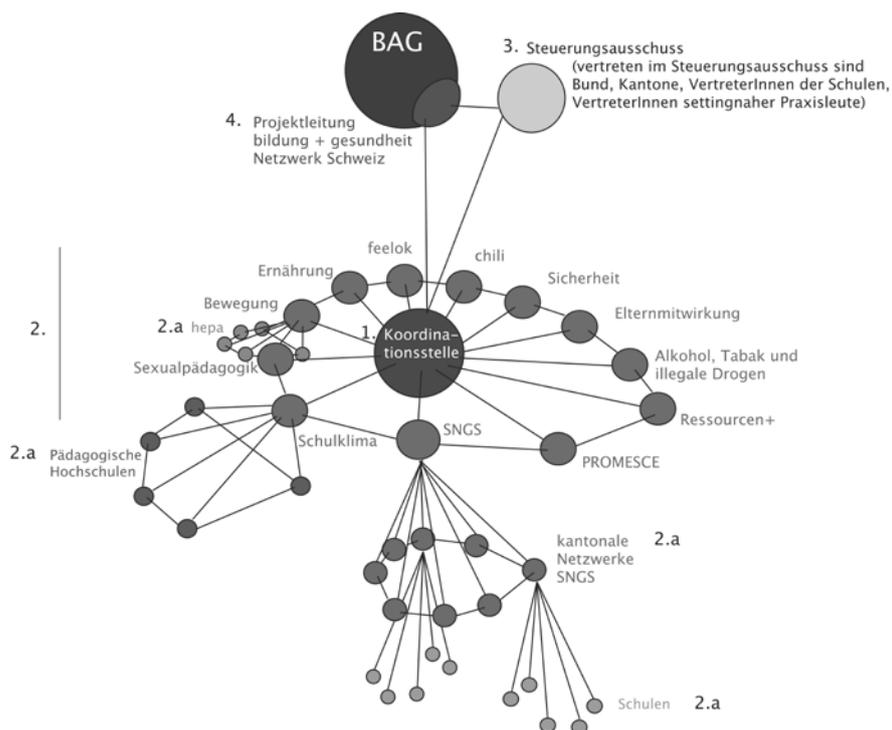
bildung + gesundheit unterstützt Schulen auf ihrem Weg zur Entwicklung einer gesundheitsförderlichen Organisation mit vielfältigen Angeboten, welche die einzelnen Mitglieder in diesem Netzbrief vorstellen. Als interdisziplinäre Kooperationsplattform von Expertinnen und Experten entwickelt *bildung + gesundheit* zudem Instrumente für Schulen zu aktuellen Fragestellungen, in denen Gesundheitsaspekte aus unterschiedlichen Perspektiven beleuchtet werden. Gesundheitsbildung geschieht eben nicht lediglich im Unterricht, sondern auch auf dem Schulweg, am Mittagstisch und in der Beziehungskultur zwischen Schule und Elternhaus. Gesundheitsbildung hat mit ausgewogenem Essen, mit sicheren Schulwegen und Pausenplätzen, mit Stressbewältigungsstrategien, mit Wissen über Genuss- und Suchtmittel und Suchtverhalten, mit Konfliktfähigkeit, mit Zusammenarbeitsformen und mit einer Vielzahl weiterer Faktoren zu tun. Es geht darum, erkennen zu können, wie Stress mit Suchtverhalten und Essgewohnheiten zusammenhängen kann, wie Stressabbau über Bewegung und Entspannung möglich sein kann oder auch damit, wie Sicherheitsfragen mit genügend Bewegung zusammenhängen. Gesundheitsbildung umfasst bewusst gestaltete Lernmöglichkeiten, die gewisse Formen der Kommunikation einschliessen und zur Verbesserung der Gesundheitskompetenz führen: Erweiterung von Wissen und die Entwicklung von Alltagskompetenzen. Gelegenheiten, um die Gesundheitskompetenz in der Schule zu erwerben, gibt es zur Genüge: im Unterricht, in Projekten, in der Pause, auf dem Schulweg, im Lehrerzimmer, in der Schulführung, in der Elternmitarbeit und in vielen anderen Bereichen mehr.

Das Netzwerk *bildung + gesundheit* konzentriert seine Tätigkeit auf Information und Sensibilisierung der verschiedenen Entscheidungsträger, auf die Verbreitung von Grundlagenwissen und Forschungsergebnissen, auf die Förderung von Kooperationen, auf die Bedarfserhebung bei den Schulen und auf die Qualitätsentwicklung der Angebote.

Stand des Netzwerks bildung + gesundheit Ende 2008

Träger des Netzwerks ist das Bundesamt für Gesundheit (BAG). Die Leitung des Programms (4) ist für die Organisation und die Zusammenarbeit mit anderen Bundesämtern und der Schweizerischen Konferenz der kantonalen Erziehungsdirektoren (EDK) zuständig. Sie vertritt die Netzwerkanliegen in nationalen Organisationen und politischen Gremien. Sie koordiniert die Arbeit im Netzwerk mit übergeordneten laufenden Arbeiten wie zum Beispiel aktuell mit HarmoS und den sprachregionalen Lehrplänen.

Die Arbeit von *b+g* wird strategisch durch den Steuerungsausschuss (3) gelenkt. Dieser setzt sich zusammen aus Vertreterinnen und Vertretern der Schulleitungs- und Lehrerorganisationen, der Gesundheitsförderung und Prävention, der Pädagogischen Hochschulen, der Kantone, des Bundes und der Politik. Expertise und Engagement im Bereich der Gesundheitsförderung jedes einzelnen Mitgliedes sind wesentliche Kriterien für die Zusammensetzung und Wirksamkeit des Gremiums. Aktuelle, brennende Themen, Erkenntnisse aus der Forschung und Entscheidungen der Politik sollen zusammen gebracht werden. Der Steuerungsausschuss legt die strategische Ausrichtung von *bildung + gesundheit* fest und entscheidet über die Aufnahme neuer Mitglieder.



Die Koordinationsstelle (1) von *b+g* wird von der Programmleitung eingesetzt und ist Ansprechpartnerin für Schulen, Kantone und Fachstellen in Bezug auf Informationen und Projekte in der Gesundheitsförderung. Sie organisiert ausserdem den Austausch und die Arbeitstreffen innerhalb des Netzwerks. Die Koordinationsstelle wird durch RADIX wahrgenommen (041 210 62 10, zumstein@radix.ch).

Die Mitglieder von *b+g* (2) treffen sich viermal jährlich zu einem Arbeitstreffen, geben gemeinsam zweimal jährlich den Netzbrief heraus und stellen ihr Know-how zur Verfügung. Ihre Angebote und ihre Materialien sind auf www.bildungundgesundheit.ch dokumentiert. Einzelne Mitglieder führen themenspezifisch gemeinsame Tagungen durch und erarbeiten aufgrund ihrer Expertise Fragestellungen und Instrumente für die Praxis. In den Jahren 2007 und 2008 hat das Netzwerk *b+g* die Projekte der sprachregionalen Lehrpläne unterstützt. Im Rahmen der laufenden Schulreformen, welche ihr Schwergewicht auf die Kompetenzbildung bei den Schülerinnen und Schülern setzen, hat *b+g* Gesundheitskompetenz als Referenzrahmen für diese Entwicklungen beschrieben.

Das Netzwerk wird im nächsten Jahr Gesundheitsförderungs- und Präventionsprojekte für Schulen anhand von Qualitätskriterien prüfen und gute Angebote empfehlen.

b+g ein Netz für Schulen, damit die Gesundheit aller Schulbeteiligten nicht durch die Maschen fällt.

Wir wünschen Ihnen eine spannende Schatzsuche bei der Präsentation der einzelnen Mitglieder auf den folgenden Seiten.

Die Programmleiterin
Dagmar Costantini
Bundesamt für Gesundheit

Die Koordinatorin
Barbara Zumstein
RADIX

bfu – Beratungsstelle für Unfallverhütung

Sicherheitsförderung als Bestandteil der Schulentwicklung

Markus Cotting

Eine junge Lehrerin wird in ihrem Arbeitsalltag begleitet. Dabei wird sie vielfältig mit der Sicherheitsförderung konfrontiert. Sie setzt sich in der zu betreuenden Klasse, aber auch im Lehrerkollegium dafür ein. Ob die Sicherheitsförderung schliesslich als fester Bestandteil in die Schulentwicklung integriert wird, erfahren sie im folgenden Artikel.

Die junge Lehrerin betritt das Lehrerzimmer. Auf den Tischen liegen einige Zeitschriften. Ihr Blick fällt auf ein farbiges Bild – ein Inserat der bfu – Beratungsstelle für Unfallverhütung. Während sie den kurzen Inseratetext überfliegt, merkt sie sich die Adresse der Homepage: – www.safetytool.ch.



Sie nimmt sich vor, nach der dritten Lektion die bfu-Unterrichtshilfen via Internet genauer anzusehen. In einigen Minuten beginnt sie mit dem Unterricht im Klassenzimmer. Ein Schüler in der hintersten Reihe ist nicht anwesend. Er ist vor wenigen Tagen mit dem Velo verunfallt. Sein Vater versicherte der Lehrerin, dass sein Sohn künftig den Velohelm immer korrekt tragen werde. Beide waren sich einig, dass es eben wenig nützt, wenn der Velohelm an der Lenkstange des Velos mitgeführt wird.

In der zweiten und dritten Lektion befindet sich die Klasse in der Turnhalle. Nach der Aufwärmphase werden die Schülerinnen und Schüler angewiesen, einen Parcours mit verschiedenen Geräten und Hilfsmitteln aufzubauen. Die Lehrerin weiss, dass dabei auch die Verhältnisse zu überprüfen sind. Mit «Verhältnisse» meint sie in der Turnhalle z. B., dass Matten bei den Geräten korrekt ausgelegt sind, dass zwischen den einzelnen Geräten genügend Freiraum vorhanden ist usw. Als Nächstes gibt sie Verhaltensanweisungen an die Schülerinnen und Schüler. Dass diese nicht immer auf Anhieb befolgt werden, ist der Lehrerin nicht fremd.

Auf dem Weg zurück ins Lehrerzimmer wird sie von ihrer Kollegin nach dem Stand der Vorbereitungen

für das nächste Schneesportlager gefragt. Und jetzt fällt ihr das bfu-Inserat wieder ein. Sie findet im Internet die 14 pfannenfertigen Safety-Tool-Lektionen, darunter auch das erhoffte Thema Schneesport. Eigentlich wäre es in dieser Jahreszeit ebenfalls sinnvoll, das Thema **«Sehen und gesehen werden»** mit den Schülerinnen und Schülern zu behandeln.



Die bfu-Unterrichtsblätter können kostenlos bestellt oder heruntergeladen werden. Toll!

In der Zwischenzeit betritt ihre Kollegin das Lehrerzimmer und verweist auf die vorhandene bfu-Sammelmappe mit den Unterrichtsblättern zur Sicherheitsförderung an Schulen. Auf der Frontseite der Sammelmappe erfährt die Lehrerin, dass die bfu ein zertifizierter Partner des schweizerischen Netzwerks bildung+gesundheit ist. Auf der Innenseite findet sie das bfu-Angebot zur kostenlosen Einführung des Lehrerkollegiums (mindestens 10 interessierte Lehrkräfte oder Studierende in Ausbildung). Das ist ein willkommenes Angebot, und sie will mit der Schulleitung darüber sprechen. Beim Durchstöbern der Unterrichtsblätter erfährt sie weiter, dass diese zur Sicherheitsförderung in der Schule, z. B. im technischen Gestalten, oder bei ausserschulischen Aktivitäten, z. B. bei Wanderungen, eingesetzt werden können.

In der Zwischenzeit ist es Mittag.

Kurz vor dem Nachmittagsunterricht hört die junge Lehrerin von einem Lehrer, dass zurzeit ein bfu-Wettbewerb für die Oberstufenschulen zum Thema Velofahren am Laufen sei.

Und nun steht sie vor der Klasse im Werkraum. Die Begriffe «Verhältnisse und Verhalten» zur Sicherheitsförderung kann sie mit Leichtigkeit erklären. Die Schutzbrillen befinden sich griffbereit an der jeweiligen Maschine (Verhältnisse). Die bfu-Kleber sind gut sichtbar angebracht. Und zum Begriff «Verhalten» zeigt die Lehrerin das korrekte Verhalten an der Ständerbohrmaschine. Sie weiss, dass die Bemühungen zum sicheren Arbeiten nicht nur kurzfristig im Werkraum wichtig sind, sondern dass die Schülerinnen und

Schüler auch später in ihrer Freizeit mit diversen Maschinen hantieren werden.

Die Zeit vergeht schnell und bis zur nächsten Sitzung im Lehrerkollegium dauert es nur noch wenige Minuten.

Fest entschlossen steht sie vor dem Kollegium und verweist auf das bfu-Angebot. Eine andere Lehrperson fügt bei, dass es wichtig sei, die Sicherheitsförderung langfristig und kontinuierlich anzulegen und in einem übergeordneten Rahmen – Schulentwicklung – einzubetten, d. h. sie als festen Bestandteil der Schulentwicklung anzusehen. Die Schulleitung hört sich alles an und gibt sich zuversichtlich, das Thema für die nächste Sitzung zu traktandieren.

Wochen später werden an der Lehrerkonferenz diesbezüglich wichtige Entscheide getroffen: Damit Schülerinnen und Schüler ihre Mitwelt bei schulischen Aktivitäten ohne schwerwiegende Verletzungen entdecken können, sollen mögliche Unfallgefahren besprochen, Verhaltensanweisungen formuliert und schliesslich innerhalb der Klasse zielvereinbart werden.

In der Zwischenzeit hat die Lehrerin die Vorbereitungen für das nächste **Schneesportlager** gemeinsam mit der Klasse in Angriff genommen.

Die Schülerinnen und Schüler haben während den Vorbereitungsarbeiten ein eigenes Heft geführt. Sie freuen sich darauf, dieses den Eltern am kommenden Elternabend zu präsentieren.

Auch die Lehrerin freut sich auf den Elternabend. Sie hat ihre Arbeitskollegin sowie alle Begleitpersonen für das Schneesportlager eingeladen. Während einige Schülerinnen und Schüler Poster zur korrekten Ausrüstung präsentieren, zeigen andere vorbereitende Übungen aus dem Turnunterricht. Die Eltern des vor einigen Wochen verunfallten Schülers bringen in die Runde, dass es wichtig sei, beim Ski- und Snowboardfahren einen Helm zu tragen. Dem widerspricht niemand, denn in den Schülerheften wurde das «Helmobligatorium» bereits vereinbart.

Die Lehrerin berichtet an der nächsten Lehrerkonferenz über den Verlauf des Elternabends. Das Lehrerkollegium findet den eingeschlagenen Weg richtungweisend. Eine Lehrperson sagt, dass durch vermehrte Zusammenarbeit zwischen Lehrpersonen und Eltern auch die Sicherheit optimiert werden könne. Eine andere Lehrperson äussert sich dahingehend, dass der projekt- und handlungsorientierte Ansatz auch in der Sicherheitsförderung ein gangbarer Weg sei. Eine erfahrene Lehrerin spricht von Transferlernen und meint, dass einmal durchgeführte Vorbereitungen, z. B. für eine Velotour, auch auf andere schulische oder ausserschulische Aktivitäten mit Schulklassen übertragen werden können. Schülerinnen und Schüler der Mittel- und Oberstufe seien zum Transferlernen befähigt.

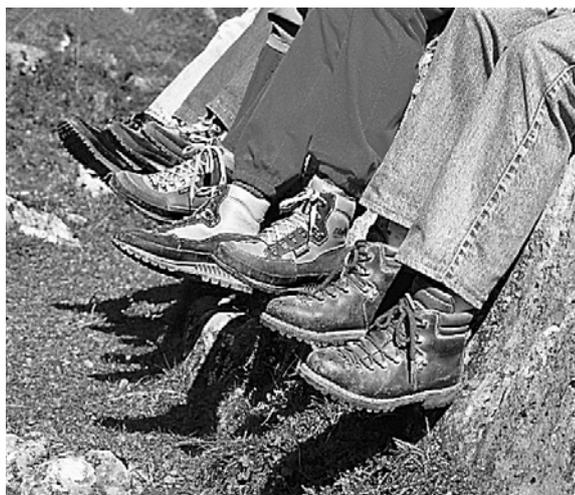


Die junge Lehrerin bereitet in den nächsten Tagen ihr persönliches Material für das Schneesportlager vor. Dass sie immer mit einem Helm fährt, ist für sie seit längerem klar. Und ihre Skier lässt sie im Fachgeschäft überprüfen.

Nach dem fast unfallfrei durchgeführten Schneesportlager (zwei Knaben und ein Mädchen verletzten sich leicht) kleben die Schülerinnen und Schüler ihre Fotos in das persönliche Lagerheft. Einige schreiben Dankesbriefe und andere ergänzen die Checklisten und Verhaltensregeln. Die Eltern der leicht verletzten Schüler sind sich einig, dass letztlich immer ein Restrisiko besteht.

An der nächsten Lehrerkonferenz teilt die junge Lehrerin dem Lehrerkollegium mit, dass ihre Dokumentation zur Lagervorbereitung auf dem Schulserver und in der Lehrerbibliothek abgelegt ist. In der Zwischenzeit weiss das Lehrerkollegium um die Wichtigkeit der jeweiligen Verhältnisse und des Verhaltens der Lehrpersonen und der Schülerinnen und Schüler bei schulinternen und -externen Vorhaben. Die Schulleitung ist sich einig, dass diese durch die Zusammenarbeit aller an der Schule Beteiligten optimiert werden können. Sie ermuntert andere Schulleitungen, die Sicherheitsförderung als festen Bestandteil in die Schulentwicklung zu integrieren. Isolierte Aktionen unter dem Jahr sollen eher die Ausnahme sein. Die zu bearbeitenden Themen werden gesammelt, priorisiert und schliesslich langfristig und kontinuierlich bearbeitet. So werden alle an der Schule Beteiligten in die Sicherheits- und Gesundheitsförderung einbezogen.

In der Zwischenzeit haben sich bei der Schulleitung elf Personen für den bfu-Kurs angemeldet. Es ist ein halbtägiger Kurs zum gewählten Thema **«Wanderungen»**.



Die junge Lehrerin nimmt auch teil, denn im nächsten Frühling will sie mit der Klasse eine Wanderung unternehmen. Am Safety-Tool-Kurs äussert sich eine Lehrperson dahingehend, dass es wichtig sei, die Ziele z. B. bei Wanderungen oder Velotouren entsprechend den Möglichkeiten der Schülerinnen und Schüler zu wählen.

Die junge Lehrerin freut sich auf die nächste Schulreise. Sie hat sich bereits ein grosses Wissen angeeignet und ein Schema angefertigt. Dieses enthält das Alter, das Geschlecht und die Einstellungen der jeweiligen Schülerinnen und Schüler. Danach folgt die entsprechende Aktivität, z. B. Schwimmen. Jede Tätigkeit findet in einer bestimmten Umgebung statt, z. B. im Schwimmbad, See oder fliessenden Gewässer. Gemeinsam mit den Schülerinnen und Schülern werden nun die Gefahrenquellen aufgelistet, Massnahmen erarbeitet und, falls nötig, Institutionen zur Beratung beigezogen. Die junge Lehrerin weiss um die Wichtigkeit der frühzeitigen Information der Eltern und der Schulleitung.

Am Abend auf der Heimfahrt entdeckt sie in einer Pendlerzeitung den Artikel «Kinder zu schlapp für Schulreise». Die Zusammenhänge von mangelnder Bewegung und Unfallgeschehen sind ihr bekannt. Da sie nun weiss, dass die Sicherheitsförderung an ihrer Schule den nötigen Stellenwert hat, lehnt sie sich in ihrem Zugabteil entspannt zurück.

Markus Cotting
Berater Erziehung
bfu – Beratungsstelle für Unfallverhütung
Hodlerstrasse 5a, CH-3011 Bern
031 390 22 10
m.cotting@bfu.ch
www.bfu.ch

 **bfu bpa upi**

Gesund geniessen dank Ernährungserziehung in der Schule

Angelika Welter

Das Thema Ernährung ist aktueller denn je und wird auch in der Schule immer wichtiger – sei es im Unterricht, in Projekten oder bei der Schulverpflegung. Lehrpersonen, die ihre Schüler/innen über eine gesunde Ernährung aufklären möchten, finden hilfreiche Unterstützung bei der Schweizerischen Gesellschaft für Ernährung (SGE). Sie bietet zahlreiche Medien für den Unterricht bzw. die Projektarbeit an und gibt individuelle Auskünfte.

Ernährungserziehung in der Schule – eine grosse Chance!

In den letzten Jahrzehnten haben sich die Familienstrukturen, Lebensrhythmen und Arbeitsbedingungen stark verändert. Mütter sind heute öfter berufstätig, und die Zahl allein erziehender Elternteile ist gestiegen. Die gesellschaftlichen Veränderungen führen unter anderem dazu, dass die traditionelle Ernährungserziehung und die gemeinsame Einnahme von Mahlzeiten immer seltener im Elternhaus stattfinden. Stattdessen gewinnen andere Einrichtungen wie z.B. Kindertagesstätten, Kindergärten und Schulen an Bedeutung, um Kinder und Jugendliche für eine gesunde Ernährung zu sensibilisieren und ihnen Kompetenzen für ein gesundes, eigenverantwortliches Ess- und Trinkverhalten zu vermitteln.

Diese Verantwortung stellt die Schulen vor neue Herausforderungen, die eine grosse Chance für die Gesundheitsförderung und die Positionierung der Schule bedeuten können. In keiner anderen Umgebung wie in der Schule kann eine so breite und nachhaltige Ernährungserziehung realisiert werden! Durch die Ernährungserziehung in der Schule können alle Kinder und Jugendlichen unabhängig von ihrer kulturellen Herkunft oder ihrem sozioökonomischen Status erreicht werden – ein wichtiger Aspekt, da diese beiden Faktoren das Ernährungsverhalten wesentlich beeinflussen. Darüber hinaus bietet die Schule den grossen Vorteil, dass die Ernährungserziehung frühzeitig einsetzen kann. Da Ernährungsgewohnheiten bereits im Kindesalter geprägt und meist ein Leben lang beibehalten werden, wird mit der Ernährungsbildung nicht nur die Gesundheit der Kinder gefördert, sondern ein wichtiges Fundament für die Ernährung und die Gesundheit im Erwachsenenalter gelegt.

Ernährungserziehung dringend nötig

Dass Handlungsbedarf besteht, verdeutlichen diverse Studien. Als Beispiele seien einige Fakten genannt:

- In der Schweiz sind rund 20% der Kinder im Alter von 6 bis 12 Jahren übergewichtig oder adipös (fettleibig).

- 62–77% der 14- bis 17-jährigen Mädchen wollen abnehmen oder schätzen sich zu dick ein. Zum Abnehmen greifen sie häufig auf radikale Diäten zurück.
- Unausgewogene Ernährung hat gesundheitliche Folgen: 30% der jährlichen Gesundheitskosten in der Schweiz gehen auf das Konto von ernährungsbedingten Krankheiten.

Den Spass am Essen und Trinken fördern

Die Zeiten, in denen den Schülerinnen und Schülern mit erhobenem Zeigefinger gepredigt wurde, welche Nährstoffe der Körper braucht und was sie essen sollen bzw. was nicht, sind vorbei. Auf belehrende Informationen reagieren vor allem Jugendliche eher ablehnend. Auch die Androhung von Gesundheitsrisiken und Krankheiten sind wenig wirksam. Die heutige Ernährungsaufklärung stellt deshalb positive Aspekte in den Vordergrund, wie z.B. «weil es gut schmeckt», «weil es Spass macht», «weil es fit macht», «in» oder «cool» ist und baut darauf auf, Kompetenzen praxisnah zu vermitteln. Die Ernährungswissenschaftlerin Büning-Fesel bringt die Aspekte einer erfolgreichen Ernährungserziehung auf den Punkt:

- Motivieren statt Belehren
- Reflektieren statt Bekehren
- Mitmachen statt Erklären
- Erleben statt Zuschauen

Angebote der Schweizerischen Gesellschaft für Ernährung für Schulen

Die Schweizerische Gesellschaft für Ernährung (SGE) wurde 1965 als gemeinnütziger Verein gegründet und ist heute die wichtigste nationale Fachorganisation im Ernährungsbereich. Hauptziel der SGE ist die Aufklärung der Bevölkerung über alle Fragen einer gesunden Ernährung. Sie zählt rund 6'000 Mitglieder. Die meisten sind Fachleute aus dem Ernährungs-, Bildungs- oder Gesundheitsbereich und ernährungsinteressierte Konsumenten.

Es ist ein zentrales Anliegen der SGE, Lehrpersonen bei der Ernährungsaufklärung im Unterricht und bei Schulprojekten zu unterstützen. Dazu hat die SGE ein grosses Angebot an wissenschaftlich fundierten, populären Materialien geschaffen und nützliche Dienstleistungen aufgebaut. Alle Angebote gibt es jeweils in deutscher und französischer Sprache, teilweise auch in Italienisch und anderen Sprachen.

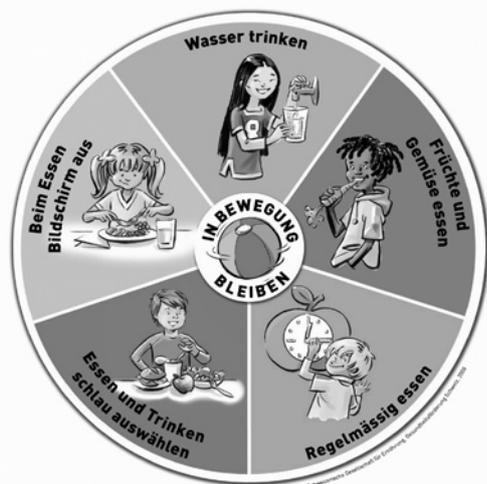
Angebote der SGE für Schulen im Überblick – www.bildungundgesundheit.ch > Ernährung

- Leicht verständliche bildliche Darstellungen zur Vermittlung der Grundprinzipien einer gesunden Ernährung (z.B. Ernährungsscheibe für Kinder, Lebensmittelpyramide)
- Materialien zur schulischen Ernährungserziehung NUTRIKID®
- Rubrik «Für Schulen» unter www.sge-ssn.ch
- Newsletter für Lehrpersonen
- Beurteilung von Unterrichtsmaterialien
- Vierteljährliche Zeitschrift für Ernährung TABULA
- Informationsdienst für Ernährungsfragen NUTRINFO
- Weitere Angebote unter www.sge-ssn.ch

Ernährungsscheibe und Lebensmittelpyramide

Um die Grundprinzipien einer gesunden Ernährung zu vermitteln, eignen sich bildliche Hilfsmittel wie z.B. die SGE-Ernährungsscheibe für Kinder oder die SGE-Lebensmittelpyramide.

Die Ernährungsscheibe für Kinder richtet sich an 5- bis 12-Jährige.



Mit fünf knappen und praktischen Botschaften zeigt sie, worauf es bei einem gesunden Ess- und Trinkverhalten ankommt. Das dazugehörige Merkblatt kann auf www.sge-ssn.ch kostenlos heruntergeladen werden kann. Ausführliche Informationen zu den einzelnen Botschaften und Tipps für die Umsetzung sind im SGE-Ratgeber «Ernährung von Schulkindern» enthalten. Zurzeit erarbeitet die SGE konkrete Vorschläge zum Einsatz der Ernährungsscheibe im Unterricht oder in Projektwochen (mit Hintergrundinformationen, Lernzielen und praktischen Übungen). Diese werden ab Ende 2008 zum kostenlosen Download verfügbar sein.

Für den Unterricht mit Jugendlichen eignet sich die Lebensmittelpyramide.



Sie zeigt, von welchen Lebensmitteln wir mehr und von welchen wir weniger benötigen, und dass Abwechslung und das richtige Mengenverhältnis der Schlüssel zu einer ausgewogenen Ernährung sind. Zu der Lebensmittelpyramide sind erschienen: ein elektronisches Merkblatt in acht Sprachen (siehe www.sge-ssn.ch), ein Faltblatt, ein Poster im Format A1 sowie neun Poster im Format A3 mit Informationen zu den jeweiligen Stufen der Lebensmittelpyramide.

Unterrichtsmaterialien NUTRIKID®

NUTRIKID® besteht aus umfangreichen Unterrichtsmaterialien zur Ernährungserziehung. Bisher liegen zwei Module vor; eines für 5- bis 7-Jährige und eines für 10- bis 12-Jährige. Ein weiteres Modul für Jugendliche ist in Vorbereitung.

Beim Modul für 5- bis 7-Jährige lernen Kinder die Lebensmittel kennen, benennen und den Lebensmittelgruppen zuordnen. Weitere Lernziele sind die Herkunft von Nahrungsmitteln und Produkten sowie – in kindergerechter Form vermittelt – das Prinzip der Energiebilanz. Das umfangreiche Set enthält fünf Lernspiele, ein Kamishibai-Bildtheater sowie ein Handbuch für Eltern und Lehrkräfte.

Das vor kurzem überarbeitete Modul für 10- bis 12-Jährige bietet Informationen zur Lebensmittelpyramide, zu den Nahrungsmittelgruppen und den Nährstoffen, zur Energiebilanz sowie zur Sensorik und Verdauung. Die didaktischen Hilfsmittel umfassen einen Videofilm (DVD oder VHS), Schülerheft, Kartenspiel, Lehrerhandbuch und Poster.

Weitere Informationen unter www.nutrikid.ch

Rubrik «Für Schulen» unter www.sge-ssn.ch

Mit 2'000–2'500 Besuchern pro Tag ist die Website der SGE eine viel genutzte Plattform für Ernährungsinformationen. Sehr beliebt sind die elektronischen Merkblätter zu verschiedenen Ernährungsthemen, welche die Unterrichtsvorbereitung erleichtern (z.B. Fast Food, Lebensmittelhygiene, altersspezifische Ernährungsempfehlungen) und die online-Ernährungstests, mit denen die eigenen Ernährungsgewohnheiten genauer unter die Lupe genommen werden können.

Die Rubrik «Für Schulen» bietet spezifische Informationen für Lehrpersonen. Wer beispielsweise Ideen für ein Ernährungsprojekt sucht oder wissen möchte, welche Unterrichtsmaterialien zum Thema Ernährung in der Schweiz erhältlich sind, findet hier Antworten. In übersichtlichen Listen sind praxiserprobte Projekte und nützliche Unterrichtsmaterialien für die einzelnen Sprachregionen der Schweiz zusammengestellt.

Newsletter für Lehrpersonen

Der kostenlose, elektronische Newsletter für Lehrpersonen informiert über aktuelle Themen aus dem Bereich Ernährung und Schule und macht auf neue Publikationen und Veranstaltungen aufmerksam. Anmeldung und Archiv unter www.sge-ssn.ch.

Beurteilung von Unterrichtsmaterialien

Regelmässig beurteilt eine multidisziplinär zusammengesetzte Expertengruppe unter der Leitung der SGE Unterrichtsmaterialien zur Ernährungserziehung. Die Beurteilung erfolgt anhand von Kriterien zur Methodik-Didaktik, fachlichem Inhalt (Ernährung) und formaler Gestaltung. Es wurde bereits eine Reihe deutsch- und französischsprachiger Lehrmittel für Kindergarten, Unter-, Mittel- und Oberstufe beurteilt. Die Ergebnisse können auf der SGE-Website eingesehen werden.

Zeitschrift für Ernährung TABULA

Aktuelle und interessante Berichte sind der Zeitschrift für Ernährung TABULA zu entnehmen, die vierteljährlich erscheint. In jeder Ausgabe gibt es Beiträge zu einem Schwerpunktthema, Ernährungsnews, Lebensmittelkunde, Antworten auf häufig gestellte Fragen, eine didaktische Beilage u.v.m. Für SGE-Mitglieder ist TABULA im Mitgliederbeitrag inbegriffen. Für Nichtmitglieder kostet das Abonnement CHF 30.-/Jahr.

Informationsdienst NUTRINFO

Fragen zur Ernährung können direkt an den Informationsdienst NUTRINFO gestellt werden. Der telefonische Auskunftsdienst der SGE ist von Montag bis

Freitag von 8.30–12 Uhr geöffnet (Tel. 031 385 00 08). Anfragen sind auch per E-Mail, Post oder Fax möglich: nutrinfor-d@sge-ssn.ch (deutsch), nutrinfor-f@sge-ssn.ch (französisch), Fax 031 385 00 05, Postfach 8333, 3001 Bern.

Weitere nützliche Materialien

Bei der SGE sind zahlreiche weitere Publikationen wie Bücher, Broschüren, CD-ROMs erhältlich, z.B. der Ratgeber «Ernährung von Schulkindern», das Buch «Kinderleicht» mit Tipps für die Planung und Umsetzung von Ernährungsprojekten oder die CD-ROMs «Didacta» mit Foliensätzen zu allen Nährstoffen. Weitere Informationen finden Sie unter www.sge-ssn.ch oder im SGE-Katalog, der bei der SGE kostenlos angefordert werden kann.

Kontakt

Schweizerische Gesellschaft für Ernährung (SGE),
Schwarztorstrasse 87, Postfach 8333, 3001 Bern
Sekretariat: Tel. 031 385 00 00, Fax 031 385 00 05,
info@sge-ssn.ch
www.sge-ssn.ch



SGE Schweizerische Gesellschaft für Ernährung
SSN Société Suisse de Nutrition
SSN Società Svizzera di Nutrizione

1 Eichholzer M, Camenzind-Frey E, Matzke A, Amadò R, Ballmer PE et al. (eds). Fünfter Schweizerischer Ernährungsbericht. Bern: Bundesamt für Gesundheit, 2005. www.bag.admin.ch, 04.08.2008

Schulen für Gesundheitsförderung qualifizieren und gute Rahmenbedingungen schaffen

Titus Bürgisser

Das Kompetenzzentrum Schulklima setzt sich für die Aus- und Weiterbildung von Schlüsselpersonen für Gesundheitsförderung an Schulen und für unterstützende Strukturen und Rahmenbedingungen ein. Dabei spielt die interdisziplinäre Zusammenarbeit eine zentrale Rolle. Sie wird in den Treffen des Praxis-Forschungs-Verbundes gepflegt, welcher ein Netzwerk von Fachstellen und Pädagogischen Hochschulen ist. Die Ergebnisse der vierjährigen Arbeit sind auch für Schulen nutzbar.

Das Kompetenzzentrum Schulklima leistet einen Beitrag an die Gesundheit der Schülerinnen und Schüler, in dem es Schlüsselpersonen an Schulen befähigt, Gesundheitsförderung an der Schule nachhaltig zu verankern. Wichtige Schritte in den vergangenen vier Jahren waren die Zertifizierung des Zentrums durch das Bundesamt für Gesundheit, die gemeinsam mit dem Netzwerk Gesundheitsfördernder Schulen realisierte Fachtagung «Vom Pausenapfel zum Gesundheitsmanagement – Gesundheitsfördernde Schule auf dem Weg» (2007), die Weiterentwicklung der Zusammenarbeit im Praxis-Forschungs-Verbund PFV, das in Auftrag gegebene Forschungsprojekt, die aus dem Kreis des PFV entstandenen Bücher und die zunehmende Integration des Zentrums in die Pädagogische Hochschule Zentralschweiz.

Folgende Angebote können die Schulen nutzen:

Weiterbildung für Schlüsselpersonen für Gesundheitsförderung an Schulen

Weiterbildungen für Schulleitungen und Lehrpersonen werden von Pädagogischen Hochschulen und Fachstellen in den Kantonen angeboten. Sie befähigen Lehrpersonen, in ihrer Schule als Beauftragte für Gesundheitsförderung in Zusammenarbeit mit der Schulleitung und einer Arbeitsgruppe nachhaltig und wirksam Gesundheitsförderung in die Schule zu integrieren.

Eine Übersicht der aktuellen Weiterbildungsangebote findet sich unter www.bildungundgesundheit.ch > Schulklima > Downloads.

Strukturen und ein Auftrag für Gesundheitsförderung an Schulen

Gesundheitsförderung muss im Grundauftrag der Schule verankert sein, um integrativ wirksam zu sein. Dies geschieht in Lehrplänen, in Aufgabenbeschreibungen für Schulleitungen, Lehrpersonen und Beauftragte für Gesundheitsförderung. Das Kompetenzzentrum Schulklima und dessen Partner in den Kantonen setzen sich für die Integration von Gesundheitsbildung in den sprachregionalen Lehrplänen ein.

Forschungsprojekt: Wirksamkeit der Weiterbildungen für Gesundheitsfördernde Schulen

Das Forschungsinstitut Landert, Farago & Partner hat im Auftrag des Kompetenzzentrums Schulklima die Wirkung von Weiterbildungen für Gesundheitsförderung an Schulen untersucht. Die Ergebnisse der Studie und Konsequenzen daraus für wirksame Gesundheitsförderung an Schulen sind auf der Website www.bildungundgesundheit.ch verfügbar.

Beratung und Begleitung von Schulen

Sie wünschen eine massgeschneiderte Weiterbildung, suchen eine Referentin oder einen Referenten, möchten Unterlagen, Hintergründe, Argumente für Gesundheitsförderung an Schulen?

Das Kompetenzzentrum Schulklima berät Schulen, Schulleitungen, Beauftragte für Gesundheitsförderung in der Realisierung ihrer Projekte und Massnahmen oder vermittelt Referentinnen und Referenten.

Titus Bürgisser

Pädagogische Hochschule Zentralschweiz,
Hochschule Luzern · Kompetenzzentrum Schulklima
Sentimatt 1, 6003 Luzern · 041 228 69 51
titus.buergisser@phz.ch

Weitere Informationen: www.wbza.luzern.phz.ch
www.bildungundgesundheit.ch
www.schulklima-instrumente.com



Praxishandbuch Gesunde Schule

Woran können sich Schulen orientieren, wenn sie Gesundheitsförderung wirkungsvoll umsetzen wollen? Wie lässt sich Gesundheitsförderung als ein Qualitätsaspekt von guter Schule in den Alltag auf allen Ebenen einer Schule integrieren? Wie meistern Schulleitungen und Lehrpersonen gesundheitsbezogene Herausforderungen professionell?

Ein Team von Fachleuten aus Pädagogischen Hochschulen, Forschung und Fachstellen beschreibt in diesem Buch Grundlagen und Vorgehensweisen der Gesundheitsförderung an Schulen. Gesundheitsförderung wird als eine Management-Aufgabe verstanden, welche sowohl die Gesundheit der Schülerinnen und Schüler als auch jene der Lehrpersonen und des weiteren Personals im Blickfeld hat. Dabei spielen Kenntnisse um Wirkungen, erfolgreiche Strategien und erprobte Modelle eine wichtige Rolle. An einigen Themen wird beispielhaft aufgezeigt, auf welchen Ebenen der Schule gearbeitet werden kann und wo Lehrpersonen weiterführende Materialien und Unterstützung erhalten.

Wicki, Werner; Bürgisser, Titus (Hrsg.): Praxishandbuch Gesunde Schule. Gesundheitsförderung verstehen, planen und umsetzen. Haupt Verlag, Bern 2008. 339 Seiten, 49 Abbildungen und Tabellen, CHF 49.–. ISBN 978-3-258-07236-4.

Grundlagen und Ausbildung für Sexualpädagogik an Schweizer Schulen

Gabriela Jegge

Sexualpädagogische Inhalte sind in der Schweiz noch kein selbstverständlicher Bestandteil der Lehrpläne der Volksschulen. Sie werden auch in der Aus- und Weiterbildung der pädagogischen Hochschulen erst punktuell vermittelt. Das Kompetenzzentrum will deshalb schweizweit Grundlagen für Sexualerziehung an Schulen und für Sexualpädagogik in der Lehrpersonenbildung schaffen. Es setzt sich für die flächendeckende Verankerung und Entwicklung dieses gesellschaftlich wichtigen Themas ein. Schulen profitieren in mehrfacher Hinsicht von dieser Entwicklungsarbeit.

Das Kompetenzzentrum Sexualpädagogik und Schule an der Pädagogischen Hochschule Zentralschweiz PHZ hat vom Bundesamt für Gesundheit (BAG) den Auftrag, Sexualpädagogik in Schweizer Schulen flächendeckend zu fördern und zu verankern. Sie tut dies in Kooperation mit der Hochschule Luzern Soziale Arbeit und in enger Zusammenarbeit mit Pädagogischen Hochschulen und Fachinstitutionen aus allen Sprachregionen der Schweiz.

Worauf stützt sich Sexualerziehung an Schulen und wie kann die Schule diesen Auftrag wahrnehmen?

Antworten zur aktuellen Situation liefert die 2007 erstellte Situationsanalyse zur Sexualerziehung und Sexualpädagogik an Schweizer Schulen und Hochschulen.

Das «Grundlagenpapier Sexualpädagogik und Schule» beschreibt Leitideen zu Sexualpädagogik und Schule: Funktion, Aufgaben und Ziele von Sexualerziehung in der Schule, Rollen verschiedener Akteure sowie die Kooperation von Elternhaus und Schule. Weiter geht es im Konzept um die Beschreibung von Kernthemen, die Sequenzierung des Lehrplans sowie sexualpädagogische Kompetenzen.

Dieses Dokument ist auf www.bildungundgesundheit.ch > Sexualpädagogik verfügbar. Auf dieser Grundlage werden momentan Muster-Curricula für die Ausbildung von Lehrpersonen sowie Kompetenzen und Lernziele für den Lehrplan erarbeitet. Alle diese Dokumente sind auch für Lehrpersonen, welche entsprechende Themen unterrichten von Interesse (siehe www.bildungundgesundheit.ch > sexualpädagogik).

Welche sexualpädagogischen Medien sind für welches Alter geeignet?

Das Kompetenzzentrum unterhält zwei Websites, auf welchen Sie Hinweise zu sexualpädagogischen Medien finden:

- www.bildungundgesundheit.ch > Sexualität: Auf dieser Website stellen wir aktuelle neue Medien

kurz vor. Sie finden zudem eine Auswahl von beliebten Medien und Lehrmittel für verschiedene Altersstufen sowie weitere Hinweise zu Veranstaltungen, Medienpublikationen und zu unserem aktuellen Newsletter.

- www.amorix.ch: Diese Website wird zurzeit neu gestaltet und reorganisiert. Sie können jedoch nach wie vor die Datenbanken (Publikationen, Veranstaltungen, Adressen) nutzen und erhalten mittels verschiedenen Suchfunktionen Zugang zu den gewünschten Informationen in drei Landessprachen.

Wo erhalten Sie Informationen und Beratung im Bereich Sexualpädagogik?

- Das Kompetenzzentrum Sexualpädagogik und Schule erteilt telefonisch und per E-Mail Auskünfte und Beratungen zu sexualpädagogischen Medien sowie zu allgemeinen Fragen schulischer Sexualerziehung (siehe Kontaktadresse).
- Informationen und Beratungsangebote bieten auch Fachstellen für sexuelle Gesundheit / Sexualpädagogik (Aids-Hilfen, Beratungsstellen für Familienplanung und spezifische Sexualpädagogik-Fachstellen) an.
- Auf www.isis-info.ch finden Sie Adressen und Angebote von Beratungsstellen im Bereich Sexualpädagogik. Weitere Adressen in Ihrer Region können Sie in der Adress-Datenbank von www.amorix.ch abfragen.

Kontaktadressen

Kompetenzzentrum Sexualpädagogik und Schule
Pädagogische Hochschule Zentralschweiz, Hochschule Luzern
Weiterbildung und Zusatzausbildungen
Sentimatt 1, 6003 Luzern
Titus Bürgisser, Leiter, 041 228 69 51, titus.buerigisser@phz.ch
Gabriela Jegge, Sexualpädagogin, 041 228 69 73, gabriela.jegge@phz.ch
Daniel Kunz, Dozent, Prof. HSLU Soziale Arbeit, 041 367 48 77, daniel.kunz@hslu.ch
Maya Reinhard, Sachbearbeitung, 041 228 69 58, maya.reinhard@phz.ch

Weitere Informationen zum Kompetenzzentrum Sexualpädagogik: www.wbza.luzern.phz.ch, www.bildungundgesundheit.ch, www.amorix.ch



RADIX – Schweizer Kompetenzzentrum für Gesundheitsförderung und Prävention

Das Schweizerische Netzwerk Gesundheitsfördernder Schulen, SNGS

Edith Lanfranconi

Kaum eine Schule befasst sich nicht mit Gesundheitsförderung, einige punktuell, andere wiederholt und vertieft. Schulen, die Gesundheitsförderung nachhaltig verankern und sich auf einen langfristigen Entwicklungsprozess einlassen möchten, ohne dabei aber bei Null anfangen zu müssen, bekommen vom SNGS vielseitige und themenübergreifende Unterstützung.

Die Schulen bestimmen ihre Stärken und Schwächen im Bereich Gesundheitsförderung, definieren ihren Entwicklungsbedarf und erarbeiten einen Massnahmenplan für drei Jahre.

Beispiele von Schulen, die sich auf diesen Weg gemacht haben, finden Sie im letzten Netzbrief Nr. 6 beschrieben. Ein Schulleiter einer Schule, die seit zehn Jahren Mitglied des Netzwerks ist meint denn auch: «Schule ohne Gesundheitsförderung – das geht gar nicht mehr!»

Das SNGS ist seit 1993 Teil des Europäischen Netzwerks Gesundheitsfördernder Schulen (ENHPS), einem Projekt der WHO, der EU und des Europarates. RADIX – Schweizer Kompetenzzentrum für Gesundheitsförderung und Prävention (www.radix.ch) koordiniert das SNGS seit 1997 im Auftrag des Bundesamtes für Gesundheit «*bildung + gesundheit – Netzwerk Schweiz*» (www.bildungundgesundheit.ch) und Gesundheitsförderung Schweiz (www.gesundheitsfoerderung.ch)

Im Herbst 2008 sind 750 Schulen aus der ganzen Schweiz Mitglied des SNGS. In den Kantonen Bern, Basel-Stadt, Basel-Landschaft, Genf, Luzern, Thurgau, Tessin und Zürich bestehen kantonale Netzwerke als Teile des SNGS. Weitere Kantone werden im Verlauf der nächsten Jahre dazu kommen.

Die einzelnen Angebote



Information, Beratung und Begleitung

Netzwerkschulen erhalten beim SNGS abgestimmt auf ihre Bedürfnisse Informationen, eine adäquate Beratung und Begleitung – per Telefon, Mail, oder einem Besuch vor Ort.

Auszeichnung der Schulen mit einem Label

Jede Netzwerkschule erhält als Anerkennung für ihre Arbeit und ihre Bemühungen, ihre Schule als gesundheitsförderlichen Arbeits- und Lernort zu gestalten, ein Label. Diese Auszeichnung dient dem Sichtbarmachen ihrer Arbeit gegen aussen, eignet sich bestens für eine wirksame Öffentlichkeitsarbeit der Schulen und stellt das Commitment aller Schulbeteiligten symbolisch dar.

Erfahrungsaustausch



Das SNGS führt jährlich vier Erfahrungsaustausch-Treffen für Netzwerkschulen durch, zwei in der Romandie und zwei in der Deutschschweiz. Die Schulen profitieren von den Erfahrungen anderer, erhalten in bedeutsamen Bereichen Fortbildungen und werden angeregt, sich eigenständig mit anderen Schulen zu vernetzen.

Vernetzung

Die Koordinationsstelle vernetzt Schulen, die die gleiche Thematik bearbeiten. Auch werden gegenseitige Besuche (peer review) organisiert. Darüber hinaus besteht die Möglichkeit, dass sich Schulen für gemeinsame Projekte zusammenschliessen und dafür durch das SNGS finanziell gefördert werden.

Impulstagungen

Das SNGS führt jährlich zwei Impulstagungen zu aktuellen Themen durch, eine in der Romandie und eine in der Deutschschweiz. Für Personen aus Netzwerkschulen ist die Teilnahme kostenlos.

Website / Projektdatenbank

Die Website schafft einen einfachen Zugang zum SNGS und seinen Dienstleistungen sowie zu allen Netzwerkschulen und deren Programmen und Projekten. Die Website dient als Informationsplattform und ist ein Instrument zur selbständigen Vernetzung der Schulen (vgl. www.gesunde-schulen.ch; www.ecoles-en-sante.ch).

Finanzielle Unterstützung von Projekten

Je nach Möglichkeiten der kantonalen Netzwerke können die Schulen für die Umsetzung einzelner Teilprojekte ihres Programms eine externe finanzielle Unterstützung bekommen. Für die Unterstützung müssen bestimmte Kriterien erfüllt sein: Die Projekte müssen kompatibel mit dem definierten Entwicklungsbedarf sein. Sie müssen zudem in einen längerfristigen Prozess eingebettet sein, die gesamte Schule betreffen, die Chancengleichheit fördern, partizipativ und auf eine nachhaltige Wirkung angelegt sein. Nicht unterstützt werden Investitionen oder erwirtschaftete Defizite.

Tools / Instrumente

Um Schulen in ihrem Prozess zu unterstützen entwickelt das SNGS laufend Instrumente. Bisher sind erschienen:

- Leitfaden – wir werden eine Gesundheitsfördernde Schule
- Argumentarium: Gesundheitsförderung eine Aufgabe der Schule?!
- Stärken-Schwächen-Analyse
- Radialprofil
- Q-Kriterien für die Gesundheitsfördernde Schule
- Charta für eine rauchfreie Schule
- Geschlechtergerechte Projektarbeit

Diese Instrumente sind unter www.gesunde-schulen.ch/tools zu finden.

Elektronischer Newsletter und Dokumentation

Das Netzwerk informiert die Schulen vier Mal pro Jahr mittels elektronischem Newsletter über neue Projekte, Studien, Veranstaltungen und Angebote. Mit der Info-doc von RADIX besteht eine enge Kooperation. Hier stehen rund 11'000 schulspezifische Dokumente zur Verfügung.

Spezialprogramme

Sporadisch bietet das SNGS den Netzwerkschulen Spezialprogramme an. So führten beispielsweise in den Jahren 2004–2006 drei Schulen aus der Schweiz zusammen mit 20 Schulen aus Deutschland das Projekt MindMatters (Förderung der psychischen Gesundheit auf der Sekundarstufe I, www.gesunde-schulen.ch/mindmatters) durch. Im Rahmen der Früherkennung und -intervention erarbeiten 14 Schulen aus der Deutschschweiz und 12 Schulen aus der Romandie ein Problemmanagement in ihrer Schule. Als Ergebnis dieses Projektes stehen viele hilfreiche Handlungsleitfäden für Schulen zur Verfügung (www.gesunde-schulen.ch/netzwerkschulen > Früherkennung)

gesunde-schulen.ch/mindmatters) durch. Im Rahmen der Früherkennung und -intervention erarbeiten 14 Schulen aus der Deutschschweiz und 12 Schulen aus der Romandie ein Problemmanagement in ihrer Schule. Als Ergebnis dieses Projektes stehen viele hilfreiche Handlungsleitfäden für Schulen zur Verfügung (www.gesunde-schulen.ch/netzwerkschulen > Früherkennung)

Schweizerisches Netzwerk Gesundheitsfördernder Schulen

RADIX Schweizer Kompetenzzentrum für Gesundheitsförderung und Prävention

Habsburgerstrasse 31

6003 Luzern

Tel. 041 210 62 10

Fax 041 210 61 10

www.gesunde-schulen.ch

info-lu@radix.ch

Sekretariat

zumstein@radix.ch

Barbara Zumstein. lic. phil.

Nationale Koordinatorin SNGS

lanfranconi@radix.ch

Edith Lanfranconi

Koordinatorin Deutschschweiz



RADIX

Lila holt sich Hilfe beim weisen Hasen Grumpel Suchtprävention in der Schule leicht gemacht

Eva Schwegler

Der Stundenplan ist randvoll mit Pflichtstoff, die Zeit für die Unterrichtsvorbereitung knapp – schlechte Voraussetzungen also für Suchtprävention im Unterricht? Nicht unbedingt, denn die Schweizerische Fachstelle für Alkohol- und andere Drogenprobleme (SFA) bietet pädagogische Hilfsmittel an, die sich mit wenig Aufwand im Unterricht einsetzen lassen. Ob Lehrkräfte Unterrichtsmaterialien benötigen oder Jugendliche sich über psychoaktive Substanzen informieren wollen: Das Angebot der SFA ist auf die schulischen Bedürfnisse zugeschnitten.

Das Hasenmädchen Lila weiss es genau: Sie hätte diesen Abhang nie betreten dürfen. Ihre Eltern haben es ihr verboten, denn dort unten gibt es wilde Hunde, die nur darauf warten, dass ihnen ein Hasenbraten vor die Füsse kullert. Lila hat sich zwar retten können, aber sie ist verletzt und traut sich nicht, Hilfe zu holen. Sie hat ja etwas Verbotenes getan. Die Kinder sitzen gebannt vor dem Holzrahmen, aus dem die Lehrerin erzählend eine Bildtafel nach der anderen herauszieht. Sie verfolgen lebhaft mit, wie Lila sich schliesslich durchringt und sich vom weisen Ha-

sen Grumpel verarzten lässt. «Was hättet ihr an Lilas Stelle getan?» fragt die Lehrerin anschliessend. «Ich hätte es wie Lila gemacht!», meldet sich eines der Kinder. Die anderen nicken. Sie haben die Botschaft verstanden. Wenn man alleine nicht weiterkommt, ist es gut, sich Hilfe zu holen.

Die Bildergeschichte «Oh Lila!» ist für den Kindergarten sowie die 1. und 2. Primarstufe gedacht. «Oh Lila!» ist eines der pädagogischen Materialien der SFA, mit denen Lehrkräfte gesundheitsförderndes Verhalten in Schulklassen thematisieren können.

Pädagogische Hilfsmittel für jede Schulstufe

So wie sich «Oh Lila!» in der altersgerechten Form einer Bildergeschichte präsentiert, orientieren sich auch die anderen pädagogischen Hilfsmittel am Alter der Kinder und Jugendlichen. Das Heft «Alkohol- und Tabakprävention in der Schule» für die 5. und 6. Primarstufe z.B. nutzt den Umstand, dass Schülerinnen und Schüler in diesem Alter psychoaktiven Substanzen gegenüber noch weitgehend kritisch eingestellt sind. Das Ziel ist, sie in dieser Haltung zu bestärken.



In einer Übung beispielsweise diskutieren die Schülerinnen und Schüler anhand von Abbildungen aus Zeitschriften, was am Rauchen und am Alkoholtrinken cool sein könnte.

Was Kinder im Primarschulalter zum Diskutieren anregt, spricht Schülerinnen und Schüler der Oberstufe erfahrungsgemäss nicht in gleicher Weise an. Die Hefreihe ‚Jugendliche und Alkohol‘ will die älteren Schülerinnen und Schüler mit Themen ansprechen, die für diese von Interesse sind. Das Heft «Warum konsumiert man Alkohol?» befasst sich u.a. mit der Frage, welche Motive und Bedürfnisse hinter dem Konsum von Alkohol stehen. Die Jugendlichen überlegen sich anhand von Vorschlägen, welche Konsummotive sie für problematisch halten und welche nicht.

Die Materialien werden fortlaufend aktualisiert. Dank der eigenen Forschungsabteilung ist die SFA am Puls der aktuellen Erkenntnisse darüber, wie Suchtprobleme entstehen und wie sie bewältigt werden können.

Wissen tanken

Die SFA verfügt über eine Bibliothek, die auf das Thema psychoaktive Substanzen und Sucht spezialisiert ist. Schülerinnen und Schüler, die auf der Suche nach Unterlagen für Referate und schriftliche Arbeiten sind, finden hier eine grosse Auswahl an Fachbüchern und Artikeln. Das Angebot wird insbesondere von Schülerinnen und Schülern der Oberstufe genutzt. Ihre Anfragen zeigen: Problematisches Konsumverhalten bei Jugendlichen beschäftigt, vor allem was den Alkohol betrifft, nicht nur die Erwachsenen, sondern auch die Jugendlichen selbst.

Angebote für Eltern

Wenn Lehrpersonen die Eltern der Schülerinnen und Schüler in ihre Präventionsaktivitäten einbeziehen möchten, können sie aktuell auf die SFA-Elternbriefe zurückgreifen. Die Elternbriefe richten sich an Eltern von Jugendlichen von 12 bis 16 Jahren. Sie thematisieren Erziehungsfragen rund um den Konsum psychoaktiver Substanzen. Die Elternbriefe können kostenlos abonniert werden und erscheinen vierteljährlich über zwei Jahre hinweg. Sie eignen sich für einen Versand an die Eltern im Rahmen von Präventionsaktivitäten an der Schule oder können an Elternabenden abgegeben werden. Zur Weitergabe an Eltern sind auch die substanzspezifischen Eltern-Leitfäden geeignet. Die Leitfäden in Form von Broschüren geben Hinweise, wie man mit Kindern und Jugendlichen über Alkohol, Tabak oder Cannabis sprechen kann, und sie zeigen auf, wie Eltern auf einen allfälligen Konsum reagieren können.



Information und Beratung rund um psychoaktive Substanzen

Lehrpersonen, Schülerinnen und Schüler sowie Eltern können zudem das Informations- und Beratungsangebot nutzen, das sich an die ganze Bevölkerung richtet. So findet eine Lehrperson, die sich für die Wirkungen, Risiken und Folgen des Cannabiskonsums interessiert, Informationen im «Drogeninfo Cannabis». Mit spezifischen Fragen oder bei Problemen, sei es als Betroffener oder als Nahestehender, kann man sich an den Auskunft- und Beratungsdienst der SFA wenden.

Kontaktadresse

Schweizerische Fachstelle für Alkohol- und andere Drogenprobleme
Jacqueline Sidler
021 321 29 81
Postfach 870, 1001 Lausanne
www.sfa-ispa.ch

sfa / ispa 

Schweizerische Fachstelle für Alkohol- und andere Drogenprobleme
Institut suisse de prévention de l'alcoolisme et autres toxicomanies
Istituto svizzero di prevenzione dell'alcolismo e altre tossicomanie

Sport und Bewegung in der Schule – aktuelle Projekte und Programme

Christoph Conz

Das Bundesamt für Sport BASPO (www.baspo.ch) fördert Sport und Bewegung und deren positive, nützliche und notwendige Rolle in der Gesellschaft der Schweiz. Im Bereich Schule nimmt das BASPO entsprechend vielfältige Aufgaben wahr. Diese umfassen das gesamte Spektrum von der Basis- bis hin zur Sekundarstufe II.

Das BASPO

- Initiiert, entwickelt und koordiniert schulspezifische Förderprogramme;
- Erarbeitet schulspezifische Grundlagen und stellt diese Interessierten zur Verfügung;
- Konzipiert Aus- und Weiterbildungen für Lehrpersonen verschiedener Schulstufen und führt diese Angebote durch;
- Betreibt Forschung und Entwicklung;
- Stellt Informationen für die politische Diskussion und die öffentliche Kommunikation bereit.

Aktuelle Projekte und Sport- und Bewegungsförderung-Programme des BASPO sind:

Bewegungsförderung in der Schule

schule.bewegt – Das Programm für tägliche Bewegung in den Schulen

schule.bewegt setzt sich zum Ziel, Kinder täglich zu bewegen, sei dies auf dem Schulweg, vor, während oder nach dem Unterricht, in den Pausen oder als Bewegungshausaufgabe. Mindestens 20 Minuten Bewegung täglich werden empfohlen, selbstverständlich dürfen es aber auch mehr sein. Das kostenlose Angebot von schule.bewegt richtet sich an Schulklassen aller Stufen in der Schweiz und im Fürstentum Liechtenstein.

Über 5000 Klassen haben seit 2005 von den Anregungen von schule.bewegt profitiert. Das Modulangebot wird laufend erweitert. Einige Beispiele von Modulen, die zur Auswahl stehen, sind: Footbag, Bewegungspausen, Unterwegs, Fussball+, Frisbee oder das Zusatzmodul Ernährung.

www.schulebewegt.ch

J+S Schulsport

J+S-Kids – Leuchtende Augen, rote Wangen, helle Begeisterung

J+S-Kids bietet ein vielseitiges, polysportives und ganzheitliches Bewegungs- und Sportangebot für 5- bis 10-Jährige. Es ergänzt das bestehende Angebot von J+S im Rahmen des obligatorischen Schul- und Vereinssports. J+S-Kids will, dass möglichst viele

Kinder von einer altersgerechten, umfassenden und qualitativ hochstehenden Bewegungs- und Sportförderung profitieren können.

Schulen und Sportvereine haben die Möglichkeit, J+S-Kids-Kurse zu organisieren und durchzuführen, vorausgesetzt, ihnen stehen anerkannte J+S-Kids-Leiterinnen und -Leiter zur Seite. Kantone und Sportverbände bieten seit 2008 J+S-Kids-Einführungskurse an. Interessierte Lehrpersonen können sich über ihren J+S-Coach für diese Kurse anmelden.

www.jugendundsport.ch > J+S-Kids

Sport- und Bewegungsunterricht

qims.ch – Qualität im Sport- und Bewegungsunterricht

Mit qims.ch verfügt das BASPO über ein Programm, das eine umfassende, vielschichtige und praxisorientierte Qualitätsbetrachtung des Sport- und Bewegungsunterrichts auf allen Schulstufen in der Schweiz erlaubt. Die Qualitätsentwicklung ist dabei von zentraler Bedeutung.

qims.ch richtet sich an Kantone, Gemeinden, Schulleitungen, Fachschaften, Lehrpersonen, Eltern, Studierende sowie an Schülerinnen und Schüler. All diese haben die Möglichkeit, mit Hilfe von qims.ch und dessen Instrumenten, Indikatoren und dem Kriterienkatalog, die Qualität des Sport- und Bewegungsunterrichts individuell zu analysieren und zu steigern. qims.ch bietet zudem laufend Weiterbildungskurse an.

www.qims.ch

Bewegter Unterricht

Modellklasse Magglingen – Ein bewegtes Kindergarten-Schulprojekt

Im Zentrum des Projekts Modellklasse Magglingen steht die ganzheitliche Förderung von 5- bis 8-Jährigen durch und mit Bewegung. Der Unterricht, der sich an den Lernzielen des Volksschullehrplans des Kantons Bern orientiert, setzt einen klaren Schwerpunkt auf Bewegungsförderung und -erziehung. Dem natürlichen Bewegungsbedürfnis der Kinder wird speziell Rechnung getragen. Sie werden individuell gefördert und gefordert.

Das Projekt Modellklasse Magglingen ist am 18. August 2008 mit 22 Kindern gestartet und wird vier Jahre dauern. Wissenschaftlerinnen der Eidgenössischen Hochschule für Sport Magglingen EHSMB begleiten und evaluieren das Projekt.

www.baspo.ch/modellklasse

Schule als Integrationsfeld

Integration durch Bewegung und Sport

Das Kompetenzzentrum «Integration durch Bewegung und Sport» des BASPO strebt das Ziel an, Migrantinnen und Migranten mit Hilfe von Bewegung und Sport stärker in soziale Netzwerke einzubinden. Um dies zu erreichen, bedarf es wissenschaftlich fundierter und praxisrelevanter Grundlagen und deren Vermittlung in bestehenden Aus- und Weiterbildungsgefässen, an Schulen, bei Organisationen des Bereichs Migration sowie im Sport.

Das Zentrum beteiligt sich u.a. an dem vom Bund getragenen «Projet urbain». Zudem hat es als Teil der EHSM zusammen mit der Swiss Academy for Development SAD das Handbuch «Begegnung durch Bewegung» (vgl. Netzbrief 5 – 2007) entwickelt und bietet am 28.-29. November 2008 erstmals eine entsprechende Weiterbildung für Lehrpersonen an.

www.ehsm.ch > Lehre > Aktuell im Bereich Weiterbildung

www.aren.admin.ch > Themen > Agglomeration > Projet urbain

www.sad.ch > Projekte > Begegnung durch Bewegung

www.basposhop.ch > Begegnung durch Bewegung

Internet-Plattform

COMPI: «Children on the Move» – a Project Inventory

COMPI ist eine online Projektdatenbank, die in einem ersten Schritt dazu dient, schweizweit möglichst viele Projekte von Schulen im Bereich Bewegung und Gesundheit zu erfassen. Neben der Projektübersicht bietet COMPI Ideen für die Lancierung eigener Projekte, entsprechende Planungshilfen, Evaluationsinstrumente, Materialsammlungen sowie die Möglichkeit zum Erfahrungsaustausch.

Die Datenbank wird laufend ausgebaut. Neue Einträge über geplanten, laufenden oder abgeschlossenen Projekten sind äusserst willkommen. Sie unterstützen den Wissenstransfer in diesem Bereich massgeblich.

www.children-on-the-move.ch

Forschung und Entwicklung

EHSM Ressort Sportstudien - Sportunterrichtsforschung bei Kindern und Jugendlichen

Die Eidgenössische Hochschule für Sport EHSM, einer der Bereiche des BASPO, legt in ihrer Forschungstätigkeit hinsichtlich Schule einen klaren Schwerpunkt auf die Sportunterrichtsforschung bei Kindern und Jugendlichen; Organisation, Bedeutung und Auswirkung von Sport- und Bewegungsunterricht sind zentral.

Qualität des Unterrichts, interpersonelle Beziehungen, soziale Kompetenzen sowie Integration sind nur einige der Aspekte, mit denen sich die Forschenden auseinandersetzen. Ferner ist die Evaluation der Wirksamkeit von Sport- und Bewegungsförderungsprojekten eine wichtige Aufgabe der EHSM, insoweit dies nicht vom Observatorium Sport- und Bewegung Schweiz (www.sporttobs.ch) wahrgenommen wird. Im Kontext des generellen Auftrags des BASPO zur Sportförderung fällt auch die Entwicklung von Lern- und Lehrmedien.

www.ehsm.ch

BASPO – Bundesamt für Sport

Hauptstrasse 247 – 253

2532 Magglingen/Macolin

032 327 61 11

Kontaktperson: Oliver Studer

032 327 61 68

oliver.studer@baspo.admin.ch



Schweizerische Eidgenossenschaft
Confédération suisse
Confederazione Svizzera
Confederaziun svizra

Bundesamt für Sport BASPO



Psychosoziale Gesundheit im schulischen und erzieherischen Kontext

Anita Sandmeier und Doris Kunz

Das Kompetenzzentrum RessourcenPlus R+ konzentriert seine Aufgaben auf Gesundheitsförderung und Prävention im Bereich psychosozialer Gesundheit im schulischen und erzieherischen Kontext. Das Kerngeschäft von R+ besteht aus Leistungen in anwendungsorientierter Forschung und Entwicklung, aus Dienstleistungen und der Lehre, im Aufbau und dem Management institutioneller Ressourcen sowie in der Bearbeitung der Thematik psychische Gesundheit aus multiperspektivischer, multisektoraler und interdisziplinärer Sicht. Damit leistet R+ einen wissenschaftlichen und anwendungsorientierten Beitrag zur Erhaltung und Förderung der Gesundheit von Individuen, Gruppen und Institutionen im Kontext Bildung und Erziehung.

R+ ist ein hochschulübergreifendes Kooperationsprojekt an der Hochschule für Soziale Arbeit und an der Pädagogischen Hochschule der Fachhochschule Nordwestschweiz und hat zwei inhaltliche Schwerpunkte: «Förderung psychosozialer Ressourcen in Familie und Schule» und «Gesundheit im Lehrberuf».

Schwerpunkt Förderung psychosozialer Ressourcen in Familie und Schule

Im ersten inhaltlichen Schwerpunkt wurde das Programm «Eltern und Schule stärken Kinder» (ESSKI, siehe www.esski.ch) entwickelt. ESSKI ist ein Projekt zur umfassenden Gesundheitsförderung und Prävention in der Primarschule und wurde von 2004 – 2006 in einzelnen Klassen in sechs Kantonen durchgeführt und wissenschaftlich evaluiert. Das Programm verfolgt das Ziel, die personalen und sozialen Kompetenzen bei Kindern, Lehrpersonen und Eltern zu stärken und zu fördern. Es gründet auf der Erkenntnis, dass die psychosoziale Gesundheit von Kindern und Jugendlichen am erfolgreichsten gefördert wird, wenn sie von Lehrpersonen und Erziehungsberechtigten gemeinsam unterstützt werden. Dieser kombinierte Einbezug von Schule und Elternhaus ist im Bereich der Gesundheitsförderung einmalig und die zentrale Stärke von ESSKI.

ESSKI beinhaltet für Kinder, Lehrpersonen und Eltern je ein separates Interventionsprogramm:

Das zentrale Anliegen der Intervention bei den Schulkindern ist die Förderung der personalen und sozialen Kompetenzen und Ressourcen zur Steigerung der psychischen Gesundheit und zur Prävention von Aggression, Stress und Sucht. Grundlage bildet dabei das Interventionsprogramm «Fit und stark fürs Leben». Die konzeptionelle Grundlage bildet ein Spiralcurriculum, in dem die nachfolgenden sechs Lebenskompetenzbereiche auf allen Stufen entwick-

lungsgerecht gefördert werden: Selbstwahrnehmung und Einfühlungsvermögen, Kommunikation, Körperbewusstsein/ gesundheitsrelevantes Wissen, Standfestigkeit/kritisches Denken, Umgang mit negativen Emotionen/Stressmanagement und Problemlösen. Die Lehrpersonen können das Lehrmittel in ihren normalen Unterricht einbauen.

Im Rahmen der Intervention bei den Lehrpersonen absolvieren die beteiligten Lehrerinnen und Lehrer den Weiterbildungskurs «Schwierige Situationen wirksam und stressfrei meistern (Triple P für Lehrpersonen)» mit dem Ziel, die eigenen Ressourcen sowie Selbstkompetenz und Selbstwirksamkeitsüberzeugung zu stärken und den Umgang mit Stress zu verbessern. Lehrpersonen erweitern im Kurs ihr Handlungsrepertoire sowie ihre Flexibilität im Umgang mit belastenden Situationen. Dementsprechend gibt der Weiterbildungskurs den Lehrpersonen ein Instrument in die Hand, welches ihnen ermöglicht, den Schulalltag besser zu bewältigen. Es vermittelt dabei wirkungsvolle Strategien im Umgang mit Konflikten, Rangeleien, Unruhe, Disziplinproblemen etc. in der Klasse und gibt Sicherheit bei der Führung von Elterngesprächen.

Die Eltern bzw. die Erziehungsberechtigten der Schülerinnen und Schüler werden auf der Grundlage des Erziehungsprogramms Triple P in ihrer erzieherischen Kompetenz gefördert und gestärkt. Triple P unterstützt die Eltern positiv in ihren Erziehungsbestrebungen und fördert ihr Wissen zu konstruktivem Erziehungsverhalten. Es eignet sich sehr gut als autodidaktische Anregung für Eltern, um sich mit ihrem Erziehungsverhalten und dessen Optimierung auseinanderzusetzen. Dazu gehört auch die fachliche Unterstützung mittels Telefoncoaching durch professionelle Triple P-Trainerinnen und -Trainer.



Aufgrund der positiven Resultate und Erfahrungen in der Pilotphase wird das Programm im Schuljahr 2008/2009 erstmals in einer gesamten Schule von der 1.–6. Klasse als Schulentwicklungsprojekt umgesetzt. Mit dem Gesundheitsamt des Kantons Zug (Schwerpunktprogramm Psychische Gesundheit) und dem Team des Schulhauses Süd der Schulen Risch Rotkreuz wurden ideale Partner zur Durchführung des Programmes gefunden. *Das Ziel ist es, aufgrund der Erfahrungen dieser Schule ein Manual zu entwickeln, das es in Zukunft weiteren interessierten Schulen ermöglicht, ESSKI selbständig in ihren Schulalltag zu integrieren. Das Manual wird Ende 2009 vorliegen (weitere Infos zum Projekt finden sie unter www.esski.ch).*

Schwerpunkt Gesundheit im Lehrberuf

Im zweiten inhaltlichen Schwerpunkt sind drei Projekte aktuell: eine kommentierte Bibliographie zum Thema «Burnout», ein Weiterbildungskurs für Schulleiterinnen und Schulleiter, sowie das Projekt «Alters- und altersngerechte Schule».

Die *kommentierte Bibliographie zum Thema «Burnout»* hat zum Ziel, dass sich interessierte Personen aus der Praxis rasch einen Überblick über das Thema machen, resp. sich innert kurzer Zeit in das Thema einarbeiten können. Im Rahmen der Bibliographie werden Befunde aus der wissenschaftlichen Literatur in einer gut verständlichen Sprache knapp zusammengefasst dargestellt. Jedes Kapitel enthält am Schluss Hinweise auf weiterführende Literatur. Die einzelnen Kapitel lassen sich unabhängig voneinander lesen und geben Antwort auf folgende Fragen: Was versteht man unter Burnout genau? Wie lässt sich Burnout von anderen Beanspruchungsfolgen wie z.B. Stress oder Depression abgrenzen? Wie wird Burnout gemessen? Wie entsteht Burnout? Wie kann Burnout vorgebeugt werden?

Die Bibliographie umfasst 65 Seiten und kann seit Ende August 2008 auf folgender Homepage als pdf-Datei heruntergeladen werden: www.lehrerinnengesundheit.ch oder www.lehrergesundheit.ch.

R+ bietet im Rahmen des Instituts Weiterbildung und Beratung der Pädagogischen Hochschule FHNW einen *Kurs für Schulleitende zum Thema «Personalentwicklung und Gesundheitsförderung»* an. Ziel des Kurses ist es, den Schulleitenden einfache Möglichkeiten aufzuzeigen, wie sie Prinzipien der Gesundheitsförderung in ihre tägliche Arbeit mit Lehrpersonen integrieren können. Sie sollen so für diese Aufgabe sensibilisiert werden ohne sie als zusätzliche

Anforderung zu betrachten, für die sie in ihrem reich befrachteten Alltag nur schwer Zeit finden.

Braucht es für ältere Lehrpersonen besondere Unterstützungsmassnahmen, damit diese bis zur Pensionierung motiviert und gesund unterrichten können? – Mit dieser Frage befasst sich das *Projekt «Alters- und altersngerechte Schule (AAGS)»*. Es handelt sich dabei um ein Projekt, das in Zusammenarbeit mit der Hochschule für Angewandte Psychologie der FHNW bearbeitet wird. Da die Sensibilisierung für das Thema in Betrieben der Privatwirtschaft viel weiter fortgeschritten ist als in der Schule, werden in einem ersten Schritt in diesem Umfeld Möglichkeiten der Unterstützung für ältere Mitarbeitende gesucht. In einem zweiten Schritt wird eine Zusammenstellung von bestehenden Unterstützungsmassnahmen für den Schulbereich erarbeitet. Dritter Schritt ist eine Bedarfsabklärung bei relevanten Akteursgruppen wie z.B. bei Lehrerverbänden, Bildungsverwaltungen und Schulberatungsstellen. Zu dieser Bedarfsabklärung gehört auch eine Sekundäranalyse von Daten aus der Befragung von Lehrpersonen im Kanton Thurgau zu Belastungen und Beanspruchungen im Lehrberuf. Der Bericht dieses Projektes umfasst ca. 50 Seiten und kann auf folgender Website als pdf-Datei heruntergeladen werden: www.lehrerinnengesundheit.ch oder www.lehrergesundheit.ch.

RessourcenPlus R+
 Fachhochschule Nordwestschweiz
 Hochschule für Soziale Arbeit
 Institut Soziale Arbeit und Gesundheit
 Prof. Dr. Anita Sandmeier
 Riggerbachstrasse 16, 4600 Olten
 062 311 96 66
anita.sandmeier@fhnw.ch
 Prof. Dr. Doris Kunz
 Institut Forschung und Entwicklung
 Igelweid 22, 5001 Aarau
 062 832 02 65
doris.kunz@fhnw.ch

n|w Fachhochschule
 Nordwestschweiz
RessourcenPlus R+

Elternmitwirkung – Eltern wirken mit – Eltern mit Wirkung

Maya Mulle

Familie und Schule beeinflussen sich gegenseitig. Kinder tragen die Erfahrungen aus dem einen System ins andere hinein und verändern somit das System selbst ein Stück weit. Wenn Eltern und Lehrpersonen auf einer vertrauensvollen, partnerschaftlichen Basis zusammenarbeiten, gestalten sie gemeinsam ein förderliches Lernklima. Eltern beeinflussen die Lernleistungen und die Gesundheit ihrer Kinder, das zeigen Untersuchungen¹ aus dem In- und Ausland. Das Vertrauen der Eltern in die Schule wird durch eine regelmässige Zusammenarbeit auf individueller Ebene und im Rahmen der Elternmitwirkung gestärkt.

Elternmitwirkung (EMW) definiert eine partnerschaftliche, institutionalisierte Zusammenarbeit zwischen Schule und Elternschaft als Teil der Qualitätsentwicklung der Schulen. Alle Eltern sind eingeladen, mit der Schule zusammen ein Schulklima zu gestalten, in dem sowohl die Schülerinnen und Schüler gerne lernen und gesund aufwachsen können, sowie Lehrerinnen und Lehrer eine gute Arbeitsatmosphäre erleben. Die Eltern wählen demokratisch Delegierte. Diese bringen die Anliegen der Eltern an den Treffen der Elternräte, Elternforen, oder an der Oberstufe in Jahrgangselterntreffen ein. Delegierte der Schule nehmen an den Treffen teil und sorgen dadurch für den Aufbau einer tragfähigen, vertrauensvollen Zusammenarbeit. Fremdsprachige Eltern werden über gut integrierte Eltern aus demselben Sprach- oder Kulturkreis – so genannte Brückenbauerinnen und Brückenbauer – erreicht.

Elternmitwirkung ein wichtiger struktureller Aspekt der Gesundheitsförderung in Schulen.

Inhaltlich geht es darum:

- Vertrauen aufzubauen
- Begegnungen zwischen Eltern und Lehrpersonen zu schaffen
- Gemeinsame Projekte zu lancieren
- den Informationsfluss zwischen der Schule und Eltern zu fördern
- den Austausch unter den Eltern und mit der Schule zu Erziehungs-, Gesundheits-, und Bildungsthemen zu pflegen
- Schulentwicklung gemeinsam anzugehen
- Elternbildung als Thema der Eltern und der Schule gemeinsam umzusetzen

Pädagogisch-didaktische und personelle Entscheide sind von der Elternmitwirkung ausgeschlossen.

Im Kanton Zürich ist die EMW gesetzlich verankert, andere Kantone empfehlen die Einführung der EMW als Teil der Schulentwicklung. Im benachbarten Ausland ist Elternmitwirkung eine Selbstverständlichkeit.

Elternmitwirkung als Chance für die Elternbildung in Schulen



Der Schweizerische Bund für Elternbildung SBE ist Träger der Fachstelle Elternmitwirkung. Gemeinsam wird die Elternbildung in der Schule unterstützt. Neue wissenschaftliche Erkenntnisse werden zur Verfügung gestellt und Erfahrungen dokumentiert. Die Kampagne «Stark durch Erziehung» des Schweizerischen Bundes für Elternbildung wird in vielen Klassen und Schulen als Gesprächsbasis benutzt, um mit Eltern über eine geeignete Erziehung zu sprechen. www.e-e-e.ch

Aufgaben der Fachstelle Elternmitwirkung

Die Fachstelle Elternmitwirkung unterstützt den Aufbau geeigneter Strukturen und die inhaltliche Umsetzung der Elternmitwirkung. Sie ist Anlaufstelle für Eltern, Schulen, Medien und Fachstellen. Sie fördert den Dialog zwischen Schule und Elternschaft und unterstützt innovative gemeinsame Projekte.

Fachstellen werden in der Konzeption von Angeboten für Eltern beraten.



Die Vernetzung

Die Mitarbeit in *b+g Netzwerk Schweiz*, die Patro-nate von Schule und Elternhaus Schweiz S&E und der Schweizerischen Vereinigung der Elternorganisa-tionen SVEO, sowie die Kooperationen mit diversen Partnern ermöglichen eine breite Vernetzung und schaffen Akzeptanz für die gemeinsamen Anliegen.

Es besteht ein Kooperationsvertrag mit dem Dach-verband Lehrerinnen und Lehrer Schweiz LCH. Dieser unterstützt die Fachstelle auch finanziell.

Die Fachstelle Elternmitwirkung pflegt eine Medien-partnerschaft mit *Kidy swissfamily*, dem Magazin für Familien mit Kindern zwischen 0 und 12 Jahren. Im Dossier Elternbildung & Schule erscheinen Erfah-rungsberichte. Durch die Publikation der Texte als Beilage des «spick's» können viele Eltern und Lehr-personen erreicht werden.

Kooperationen mit «wir eltern» und «Fritz und Frän-zi» tragen dazu bei, dass Eltern sich informieren kön-nen.

Mit *elternet.ch* besteht eine Kooperation.

Angebote der Fachstelle Elternmitwirkung

Informationen zum Thema Elternmitwirkung

Ein monatlicher elektronischer Gratis - Newsletter in-formiert über die Elternmitwirkung im Allgemeinen, beantwortet häufig gestellte Fragen und beschreibt besonders hilfreiche Strukturen. Hinweise auf Best Practice Beispiele, neue Medien und Veranstaltungen unterstützen die Elterngremien in ihrer Arbeit.

Unterlagen sind auf den Websites www.elternmit-wirkung.ch und www.bildungundgesundheit.ch ab-gelegt.

Unterstützung von Projekten

Jeden Monat wird im Newsletter ein Projekt vorge-stellt, das gemeinsam von Elterngremium und Schule durchgeführt worden ist. Dadurch sollen die innova-tiven Ideen wertschätzt und andere Elterngremien zur Durchführung von eigenen Projekten animiert werden.

In Zusammenarbeit mit Pro Juventute und den Netz-werkpartnern sind in den letzten Jahren diverse Mate-rialien erarbeitet worden.

Öffentlichkeitsarbeit

Berichte zum Thema Elternmitwirkung, Artikel in Zei-tingen und Zeitschriften, Interviews und Leserbriefe

sowie die Teilnahme an Podiumsgesprächen machen Eltern und Schulen Mut, eine partnerschaftliche Zu-sammenarbeit aufzugleisen.

Gratisberatung

Eltern, Lehrpersonen und Fachleute nutzen die kos-tenlose Kurz-Beratung beim Aufbau und der Umset-zung der Elternmitwirkung. Das breite theoretische und praktische Wissen kann in die Konzeptarbeit einfließen.

Studierende werden fachkundig begleitet.

Ausleihe

Viele Bücher und Medien von der Medienliste können kostenlos ausgeliehen werden. Der Schweizerische Bund für Elternbildung SBE leiht Videos und DVDs zu günstigen Konditionen aus www.elternbildung.ch

Schweizerischer Bund für Elternbildung SBE
Fachstelle Elternmitwirkung
Maya Mülle
Steinwiesstrasse 2
8032 Zürich
044 380 03 10
info@elternmitwirkung.ch
www.elternmitwirkung.ch

1 - The influence of parenting style on adolescent competence and substance use. *Journal of Early Adolescence*, Baumrind, D. (1991), 11 (1), 56 – 95.

- Elterliche Erziehungsstile und Eltern-Kind-Beziehungen – Ihr Einfluss auf die Gesundheit Hans Wydler, Meichun Mohler-Kuo, Felix Gutzwiller, Netzbrief *b+g* 05/07

- Familien – Erziehung – Bildung, Andrea Lanfranchi, Susanne Viernickel, Jürgen Oelkers, Denise Efonayi, Markus Neuenchwander, Jürg Kruppenacher,

- Eidg. Koordinationskommission für Familienfragen EKFF, Bern 2008, 87 Seiten, Bestellnr. 301.608 d)

chili für Lehrkräfte und Schulgemeinden – Konflikttraining für kluge Köpfe

René Spahr

Unterschiedliche Lebensentwürfe, Wertvorstellungen, Bildungsstandards und Sprachen - in der Schule treffen Kinder, Lehrkräfte und Eltern mit den verschiedensten Hintergründen aufeinander. An jeder Schule kann es zu Konflikten kommen, die in Frustrationen bis hin zur Gewalt ausarten. Mögliche Beteiligte sind Schülerinnen und Schüler, Lehrpersonen, Eltern oder Behörden. Konflikte sind vielschichtig, die Konfliktkonstellationen im schulischen Umfeld vielfältig. Die Lehrerinnen und Lehrer werden mit Situationen und Erwartungen konfrontiert, bei denen die Lösungssuche eine grosse Herausforderung darstellt. Nicht immer können befriedigende Lösungen gefunden werden. Möglicherweise ist sich das Kollegium nicht einig, wie es Konfliktsituationen beilegen soll. Manche Lehrpersonen fühlen sich überfordert mit der Komplexität und dem Ausmass der Konflikte und wissen nicht, wie sie diese angehen sollen. «chili für Lehrkräfte und Schulgemeinden» setzt hier an und stärkt die Lehrpersonen in ihrer Kompetenz, auf friedliche Weise aus schwierigen Situationen herauszufinden. Das Schweizerische Rote Kreuz unterstützt mit seinem Angebot Schulgemeinden und Lehrkräfte bei der Gestaltung einer konstruktiven Konfliktkultur.

«chili» steht einerseits für «Würze», andererseits für «Schärfe»: Konflikte gehören zum Leben und können dieses spannend und abwechslungsreich machen. Konflikte können aber auch auf sehr schmerzhafteste Weise erlebt und ausgetragen werden. Chili ermutigt dazu, Probleme offen anzusprechen, bevor sie in Frustration und Gewalt ausarten. Die chili-Angebote wirken präventiv und machen Mut zu konstruktivem Konfliktverhalten. «chili für Lehrkräfte und Schulgemeinden» unterstützt Lehrerinnen- und Lehrerteams im konstruktiven Bearbeiten von Konflikten in den verschiedenen Konfliktfeldern und erweitert die Handlungskompetenzen in Konfliktsituationen. Es vermittelt den Lehrpersonen Instrumente und Methoden der Konfliktanalyse sowie der Konfliktbearbeitung und ermutigt sie, eigene Projekte mit ihren Schülerinnen und Schülern durchzuführen. Das Angebot vermittelt Grundhaltungen und Methoden der konstruktiven Konfliktbearbeitung und ermöglicht es den Teilnehmenden zu entscheiden, ob und in welcher Art und Weise die Erkenntnisse zur Schulentwicklung beitragen sollen. Neben den sehr praxisbezogenen Sachkompetenzen des Konfliktmanagements werden auch persönlichkeitsbildende Kompetenzen wie Wertetoleranz, Urteilsfähigkeit, Intuition und Gelassenheit gefördert. «chili für Lehrkräfte und Schulgemeinden» nutzt in einer Schule die vorhandenen Ressourcen des Teams und die ver-

schiedenen Perspektiven und fördert die Selbstreflexion: Die Lehrpersonen setzen sich mit den eigenen Strategien, Mustern, Vorurteilen und pädagogischen Grundhaltungen auseinander.

Das Angebot verfolgt einen systemischen Ansatz, ist ziel-, lösungs-, kunden- und ressourcenorientiert. «chili» widmet sich neben den individuellen Aspekten der Persönlichkeitsentwicklung immer auch der Team- und - falls möglich - der Schul- und Schulumfeldentwicklung. Als ganze Schule wird am Thema Konfliktbearbeitung, an einer gemeinsamen Sprache und gemeinsamen Haltungen gearbeitet. Die Lehrkräfte werden zudem ermutigt, eigene Projekte mit ihren Schülerinnen und Schülern durchzuführen. «chili für Lehrkräfte und Schulgemeinden» richtet sich an gesamte Schulteams, wobei auch Personen aus der Jugendarbeit, die Schulsozialarbeit, die Schulbehörden, Hauswarte und Eltern einbezogen werden können. Ganze Schulgemeinden können auf diese Weise in ein umfassendes Gewaltpräventionsprogramm eingebunden werden. Gearbeitet wird abgestimmt auf die Bedürfnisse der Schule. Geleitet werden die Trainings von Fachpersonen mit spezifischer «chili»-Ausbildung.

Die Module von «chili für Lehrkräfte»

Sensibilisierungstag

In der Regel erfolgt der Einstieg in die konstruktive Konfliktbearbeitung mit einem Sensibilisierungstag. Die Teilnehmenden erhalten dabei einen Einblick in verschiedene Konfliktdefinitionen und -strategien sowie Ansätze der Konfliktanalyse und -lösung. Sie setzen sich mit dem eigenen Konfliktverhalten auseinander, lernen Grundhaltungen und Methoden der konstruktiven Konfliktbearbeitung kennen und können entscheiden, ob und in welcher Art und Weise die Erkenntnisse zur Schulentwicklung beitragen sollen.

Umsetzungsworkshops

Nach dem Sensibilisierungstag bieten verschiedene Workshops die Möglichkeit zur Weiterarbeit an chili:

Projekttag und Unterrichtseinheiten entwickeln

Die Lehrkräfte erarbeiten stufengerechte Trainingsmodule und bereiten Projekttag oder Unterrichtseinheiten vor. Dazu erhalten sie Unterlagen, Übungen, Spiele, Materialien sowie theoretische Inputs und praktische Anregungen zu den fünf Hauptthemen der konstruktiven Konfliktbearbeitung.

Themen Basis- und Mittelstufe:

1. Was ist ein Streit?
2. Gefühle
3. Sprechen und zuhören
4. Zusammenarbeit
5. Streitlösung

Themen der Oberstufe

1. Konfliktdefinitionen, Konflikthintergründe
2. Haltungen, Rollen, Muster
3. Kommunikation
4. Gleich und anders – sich in der Gruppe erleben
5. Konfliktanalyse, Konfliktbearbeitung

Ferner können auch Unterrichtseinheiten oder Projektstage zu Themen wie Einfühlungsvermögen und Respekt, Zivilcourage, Rassismus, Mädchen und Jungen etc. entwickelt werden.

Durchsetzung von Regeln trainieren

Der Umgang mit und die Durchsetzung von Regeln der jeweiligen Schule (Schulordnung, Klassenzimmerregeln, etc.) wird anhand von konkreten Situationsvorgaben geübt und trainiert. Die Lehrkräfte reflektieren dabei ihr pädagogisches Handeln und gewinnen Verhaltenserkenntnisse. Sie erhalten Anregungen zur Gestaltung und Umsetzung von Klassenzimmerregeln und der Schulordnung. Bei Bedarf werden diese überarbeitet. Es besteht auch die Möglichkeit einen Interventionsleitfaden zu entwickeln, der methodisches Vorgehen und mögliche Massnahmen beinhaltet. Mit dem Leitfaden steht den Lehrkräften ein Instrument zur Verfügung, das ein angemessenes Vorgehen zur Vermeidung bzw. Bearbeitung von schwierigen Situationen garantiert und für verbindlich erklärt.

Der Umgang mit und die Durchsetzung von Regeln der jeweiligen Schule (Schulordnung, Klassenzimmerregeln, etc.) wird anhand von konkreten Situationsvorgaben geübt und trainiert. Die Lehrkräfte reflektieren dabei ihr pädagogisches Handeln und gewinnen Verhaltenserkenntnisse. Sie erhalten Anregungen zur Gestaltung und Umsetzung von Klassenzimmerregeln und der Schulordnung. Bei Bedarf werden diese überarbeitet.

Konfliktbearbeitungsinstrumente

Mit verschiedenen Methoden aus der Supervision und dem Coaching werden aktuelle Fälle aus dem Schulalltag – schwierige, konflikthafte Situationen – bearbeitet oder weniger aktuelle rückwirkend analysiert. Ausgangspunkt sind dabei immer die konkreten Erfahrungen der Lehrpersonen aus ihrem Arbeitsalltag.

Gezielt werden pädagogische Interventionen anhand von Fallbeispielen analysiert, verändert, trainiert und erweitert.

Lehrpersonen erhalten so die Möglichkeit, verschiedene Modelle zur Konfliktbearbeitung kennen zu lernen, die sich auch mit Schülerinnen und Schülern einsetzen können, den spezifischen Bedürfnissen der Klasse, Stufe oder Schule angepasst. Daraus lassen sich Regeln und Rituale entwickeln, wie Konflikte in der Klasse, in der Schule bearbeitet werden.

Coaching

Das Coaching dient der Vertiefung und Nachbearbeitung der Inhalte, die in den vorgängig besuchten Angeboten bearbeitet wurden. Es besteht die Möglichkeit, ein Konzept zur längerfristigen Bearbeitung bzw. Institutionalisierung des Themas «konstruktive Konfliktbearbeitung» in der Schule zu erarbeiten. Das Coaching kann auch zur Begleitung und Unterstützung während der Durchführung von Projekttagen mit den Schülerinnen und Schülern genutzt werden.

Elternarbeit

Im Bereich Elternarbeit bietet chili folgende Unterstützungsmöglichkeiten:

- chili hilft bei der Planung und Durchführung eines Informationsabends nach den Projekttagen. Die Eltern haben dabei auch die Möglichkeit, einzelne Praxiselemente kennen zu lernen.
- chili unterstützt die Lehrkräfte bei der Bearbeitung von Konflikten zwischen Lehrkräfte und Eltern. Schwierige Elterngespräche werden vorbereitet und trainiert.
- chili organisiert Elternworkshops zu Themen der konstruktiven Konfliktbearbeitung (Was ist ein Konflikt? Wie verhalten wir uns in Konflikten? Ursachen und Hintergründe von Konflikten? Methoden der Konfliktlösung).

Die Angebote im Überblick

1. Sensibilisierungstag
2. Umsetzungsworkshops
3. Coaching
4. Elternveranstaltung

Ziele

- Die Lehrkräfte sind für die Themen der konstruktiven Konfliktbearbeitung sensibilisiert.
- Die Lehrkräfte wissen, wie sie das Thema Konfliktbearbeitung stufengerecht vermitteln können.
- Die Handlungskompetenzen in Konfliktsituationen sind erweitert.

Angebot

- Sensibilisierungstag
- Umsetzungsworkshop
 - I: Die Lehrkräfte erarbeiten Unterrichtseinheiten zu Themen der Konfliktbearbeitung.
 - II: Die Lehrkräfte erarbeiten ein Konzept, wie in ihren Klassen bzw. in der Schule mit Konflikten umgegangen wird.
- Fallbearbeitung
- Elternveranstaltungen

Arbeitsmethoden

- Theoretische Inputs
- Methoden aus der Supervision
- Arbeit in Kleingruppen
- Diskussionen im Forum

Zielgruppen

- Lehrerinnen- und Lehrerteams
- Schulgemeinden
- Personen aus der Jugendarbeit

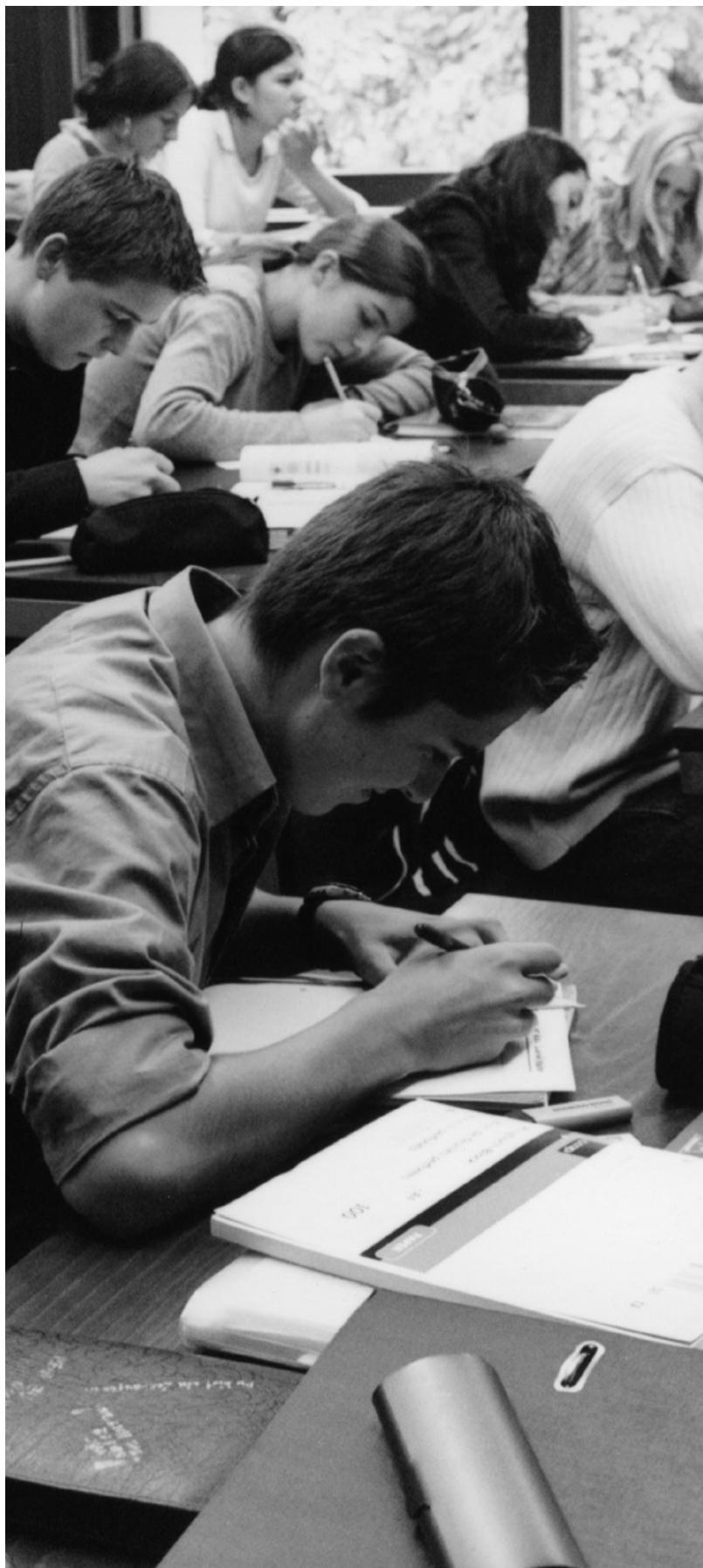
Rahmenbedingungen

- Dauer 1–3 Tage oder nach Absprache
- Daten nach Absprache
- Ort Schule oder gewünschtes Kurslokal
- Kosten auf Anfrage
- Spezifische Bedürfnisse können flexibel im Angebot aufgenommen werden.

Nach der Aufbau- und Projektphase wurde Chili für Lehrkräfte und Schulgemeinden in diesem Jahr von den meisten Rotkreuz-Kantonalverbänden in die reguläre Angebotspalette aufgenommen. Für weitere Informationen und Kontakt wenden Sie sich bitte an den Rotkreuz-Kantonalverband Ihres Kantons oder an:

Schweizerisches Rotes Kreuz
 Nationales Sekretariat der
 Rotkreuz-Kantonalverbände
 Rainmattstr. 10, Postfach, 3001 Bern
 031 387 74 20
 chili-srk@redcross.ch
 www.chili-srk.ch

Hier erhalten Sie ebenfalls Informationen zum Trainingsangebot in konstruktiver Konfliktbearbeitung «chili für Kinder und Jugendliche».



Das Internetportal feelok wächst... eine Übersicht über die Neuheiten

Tina Hofmann und Oliver Padlina

feelok, das Internetprogramm zur Förderung der Gesundheit von Jugendlichen, ist im laufenden Jahr mit neuen Themen und Funktionen erweitert worden. Zudem wurde mit einer qualitativen Studie der Einsatz von feelok in den Schulen aus der Perspektive der Lehrpersonen erforscht. Das Ziel: Das Programm optimal auf die Bedürfnisse der Lehrpersonen abzustimmen.

Das neue Sportprogramm von feelok

Das neue Sportprogramm der Universität Zürich und von Jugend + Sport ist seit Anfang 2008 online. Mit einem Sportinteressen-Kompass können die Jugendlichen testen, welche Sportarten aufgrund ihres persönlichen Interessen-Profiles für sie besonders geeignet sind. Die Sportarten von Jugend + Sport werden mit Videoclips dargestellt. Mit der Sportvereindatenbank können die jungen Besucher/innen nach einem Sportverein in ihrer Nähe suchen. Der Sportinteressen-Kompass ist bei Jugendlichen beliebt: Er wurde bisher 2210 Mal vollständig ausgefüllt. Der Link: www.feelok.ch/sport.htm

Spannende neue Dienstleistungen

Das Handbuch von feelok wurde komplett überarbeitet und steht gratis zum Download zur Verfügung. Es erklärt kurz und einfach, wie feelok in der Schule angewendet wird. Der Link: www.feelok.ch/handbuch.htm

Mit den neuen Portrait-Filmen konnte dem Bedürfnis der Jugendlichen nach Identifikation und authentischen Geschichten begegnet werden. In neun Filmen berichten fünf Mädchen und vier Jungen über ihre Lebensweise und Erfahrungen in der Pubertät. Weiter sind die Portraits zu drei thematischen Filmen zusammen geschnitten worden: «Lust und Schutz», «Rauchen, Kiffen, Saufen» und «Essen, Stressen, Bewegen». Begleitet werden die Filme von Lektionsvorschlägen für den Unterricht, die zwischen April und Juli 2008 bereits 5'800 Mal herunter geladen wurden. Die Filme mit dem Namen «Body Talk» wurden von Anne Voss Film produziert. Die Links: www.feelok.ch/bodytalk und www.feelok.ch/bodytalk/lehrpersonen.htm

Mit dem multithematischen Spiel «Schiffe versenken» bietet feelok einen neuen Zugang zu seinen Inhalten an. Spielerisch müssen die jungen Besucher/innen Fragen zu allen in feelok behandelten Themen, also zu Alkohol, Arbeit, Bewegung, Cannabis, Ernährung, Rauchen, Sexualität, Selbstvertrauen und Stress beantworten, um gegen den Computer zu gewinnen. Bei jeder Frage erfahren die Spieler, wo sie mehr Infos über das jeweilige Thema finden. Der Link: www.feelok.ch/schiffeversenken

«Projekte für die Schule» ist eine neue Plattform, die Anbieter von Dienstleistungen und Schulverantwortliche miteinander in Verbindung bringt. Anbieter von gesundheitsfördernden Interventionen beschreiben

The screenshot shows the feelok website interface. On the left is a sidebar with navigation menus for 'Jugendliche' (Alkohol, Arbeit, Bewegung & Sport, Cannabis, Ernährung, Liebe & Sexualität, Rauchen, Selbstvertrauen & Selbstwert, Stress, Suizidalität) and 'Erwachsene' (Das Handbuch, Unterrichtsvorschläge, Portrait-Filme (Pädagogik), Projekte für die Schule, Rundbrief: Registrierung, Rundbrief: Archiv). Below these are 'Extras' (Check-Up, Links). The main content area features a game titled 'Schiffe versenken' with a grid and a question: 'Wie schnell gelangt Alkohol bei leerem Magen ins Blut?'. Below the question are three answer options: 'nach 15-30 Minuten', 'nach 30-60 Minuten', and 'nach 2 Stunden'. The correct answer is 'nach 30-60 Minuten'. At the bottom, a section 'Dein Computer hat noch...' shows a list of ships: 4 Schiff(e) mit 2 Einheiten (von 4), 3 Schiff(e) mit 3 Einheiten (von 3), 1 Schiff(e) mit 4 Einheiten (von 2), and 19 Schiff(e) mit 1 Einheit (von 25). The user's name 'Marc' is visible at the bottom of the grid.

ihre Projekte auf feelok. Lehrpersonen und Schulleiter/innen können sich in feelok über diese Projekte informieren und mit den Projektverantwortlichen Kontakt aufnehmen, um sie zu realisieren. Der Link: www.feelok.ch/pdb.htm

Positive Entwicklung: die Besucherzahlen

Die zahlreichen neuen Angebote sowie die kontinuierliche Implementierungsarbeit des feelok-Teams und den Partnern haben dazu geführt, dass das Programm die ersten sechs Monate dieses Jahres täglich im Durchschnitt 1'160 Mal besucht wurde (inkl. Wochenende).

Der Rekord war am 14. April 08 mit stolzen 2'220 Besuchen an einem Tag.

Der Einsatz von feelok in den Schulen aus der Perspektive der Lehrpersonen

Lehrpersonen sind wichtige Multiplikatoren für feelok. Deshalb ist eine Untersuchung mit qualitativen Interviews der Frage nachgegangen, wie die Lehrpersonen feelok im Unterricht einsetzen, was sie von feelok als Instrument für die Gesundheitsförderung und Suchtprävention bei Jugendlichen halten, wie gut sie das Instrument kennen, ob das Programm ihren Bedürfnissen entspricht und, wo nicht, welche mögliche Weiterentwicklungen und Massnahmen zu treffen sind.

Anbei einige wenige, ausgewählte Highlights aus den Resultaten: Von den Lehrpersonen geschätzt werden die inhaltliche Breite und Aktualität, die interaktiven Funktionen (Tests, Spiele), die Stufengerechtigkeit, der wissenschaftliche Hintergrund und das didaktische Prinzip der Intervention. Die Hälfte der interviewten Lehrpersonen berichtet allerdings, dass nur wenige ihrer Kollegen/innen mit der Anwendung von feelok vertraut sind. Um dieser Tatsache entgegen zu wirken, braucht es kontinuierliche Massnahmen, um die Lehrpersonen über feelok und sein einfaches didaktisches Prinzip zu informieren. Weiter sollen interessierte Lehr- und Fachpersonen durch geeignete Massnahmen darin unterstützt werden, eine Multiplikatoren-Funktion für feelok wahrnehmen zu können. Sämtliche in feelok behandelten Themen werden von den Lehrpersonen mit ihrer Schulklasse behandelt. Besonders beliebt sind die Themen «Rauchen», «Alkohol», «Cannabis» sowie «Liebe und Sexualität». Die Lehrpersonen wünschen sich eine Erweiterung von feelok mit den Themen «Gewalt, Konflikte und Mobbing», «Umgang mit Geld», «Umgang mit Medien» (Internet, Games, Handy) sowie «Essstörungen». Die feelok-Arbeitsblätter als didaktische Unterstützung, haben sich bewährt. Zudem sind Vorschläge von den Lehrpersonen, wie das

Programm didaktisch mit der Schulklasse verwendet werden kann, in das Handbuch aufgenommen worden. Besonders interessant sind jene Varianten, die auch ausserhalb des Computerraums angewendet werden können.

Die Studie, sowie eine kurze Zusammenfassung, können ab Oktober 2008 unter www.feelok.ch/info.htm herunter geladen werden. Wenn Sie regelmässig über Neuheiten informiert werden möchten, melden Sie sich für unseren Rundbrief an unter www.feelok.ch/newsletter

Tina Hofmann
Stv. Projektleiterin
tina.hofmann@ifspm.uzh.ch
044 634 46 06

Oliver Padlina
Projektleiter
opadlina@access.uzh.ch

*Institut für Sozial- und Präventivmedizin
der Universität Zürich
Hirschengraben 84
8001 Zürich*

www.feelok.ch
info@feelok.ch



Hinweise / Indications

Ernährung von Schulkindern



Die heutige Omnipräsenz von Naschereien im Alltag erschwert es, Kinder zu einer ausgewogenen Ernährung anzuhalten. Andererseits werden Ernährungsgewohnheiten im Kindesalter geprägt und bestimmen weitgehend das spätere Essverhalten eines Menschen. Gerade deshalb ist es wichtig, dass Kindern eine gesunde Ernährungsweise vorgelebt wird.

Das neue Buch der Schweizerischen Gesellschaft für Ernährung SGE «Ernährung von Schulkindern» liefert wertvolle Tipps und Anregungen, wie man Kindern Gemüse schmackhaft machen kann und sie zu einer gesunden Ernährung motiviert. Es dient als Unterstützung für Eltern und alle, die sich mit dem Essen von Kindern auseinandersetzen. Neben den Grundlagen zur Kinderernährung enthält es zahlreiche Tipps, wie sich eine ausgewogene Ernährung im Alltag umsetzen lässt.

Das Buch ist in deutscher und französischer Sprache erhältlich.

Das Buch ist in deutscher und französischer Sprache erhältlich.

Ernährung von Schulkindern
SGE (Hrsg.), M. Cremer und J. Laimbacher,
schulverlag blmv, Bern, 2008-09-07
Preis CHF 11.– (SGE-Mitglieder), CHF 22.–
(Nichtmitglieder), zzgl. Versandkosten

Bestellung:
SGE, Postfach 361, 3052 Zollikofen
031 919 13 06
shop@sge-ssn.ch
www.sge-ssn.ch

Alkohol, Tabak, Cannabis...

Die SFA-Elternbriefe bieten Unterstützung für Eltern von Jugendlichen

Sie richten sich an Eltern von Jugendlichen im Alter von 12 bis 16 Jahren und greifen Erziehungsthemen auf, die in Zusammenhang mit dem Konsum von Alkohol, Tabak und illegalen Drogen stehen. Die Briefe gehen von alltäglichen Situationen aus und bieten Eltern Hinweise dazu, wie sie mit ihren Kindern über psychoaktive Substanzen sprechen und damit einen wichtigen Beitrag zur Prävention leisten können.

Link mit Infos über die Elternbriefe und der Möglichkeit die kostenlosen Elternbriefe zu abonnieren:
www.sfa-isp.ch/elternbriefe

Stark fürs Leben – Fördern der Lebenskompetenzen: der Beitrag der Schule zur Gewaltprävention.

Schweizerisches Netzwerk Gesundheitsfördernder Schulen – 11. Impulstagung
Für Schulleitungen, Lehrpersonen, Schulbehörden, Verantwortliche und an Bildung, Schule und Unterricht Interessierte

Samstag, 6. Dezember 2008
09.30 – 16.00 Uhr

Luzern Berufsbildungszentrum Bau und Gewerbe,
Bahnhof Luzern

Auskunft: SNGS, Barbara Zumstein, 041 210 62 10
Programm und Anmeldung: www.gesunde-schulen.ch

Niederschwellige Elternbildung – vom Schlagwort zu konkreten Angeboten

Impulstagung
Freitag, 16. Januar 2009 · 9.00 bis 16.30 Uhr
EB Zürich, Aula, Riesbachstrasse 11, Zürich

Organisator/innen: EB Zürich, Fachstelle Elternbildung Kanton Zürich, Schweizerischer Bund für Elternbildung SBE.

Zielgruppen: alle in der Elternbildung und in der Arbeit mit Migrationsfamilien und bildungsfernen Eltern engagierten Personen

Neben theoretischen Grundlagen werden praktische Erfahrungen vorgestellt und der Austausch unter den Teilnehmenden gefördert.

Anmeldung: www.eb-zuerich.ch/Impulstagung

Publikation: «Jugendliche richtig anpacken – Früherkennung und Frühintervention bei gefährdeten Jugendlichen»

Dieses Handbuch erklärt, was es mit der Früherkennung und der Frühintervention auf sich hat. Es führt in leicht verständlicher Sprache in die Thematik ein, erklärt Begriffe rund um die Prävention und erläutert Beispiele guter Praxis. Die Broschüre richtet sich an alle interessierten Fachpersonen, die mit Jugendlichen zu tun haben.

Hrsg.: Fachverband für Sucht und Bundesamt für Gesundheit

Bestellung (gratis) unter: <http://www.bag.admin.ch/shop/00010/00252/index.html?lang=de>