



Workshop 7: Schulische Gesundheitsförderung 2030

Marie-Louise Ernst

Beflügelt in die Zukunft
Ressourcen für einen gesunden Schulalltag
schulnetz21 Impulstagung vom 2. Dezember 2017

Willkommen zum Workshop!

- **Überblick**

- Ziel: Gemeinsames Denken und Suchen nach Ansätze zur schulischen Gesundheitsförderung in der Zukunft
- Ablauf:
 - Kennenlernen
 - Input zu subjektiv ausgewählten Trends und Entwicklungen
 - Gruppenarbeit
 - Zusammenfassung

Der Albtraum beginnt morgen* - Megatrends

- **Globalisierung:**

- Internationale Verflechtung von Wirtschaft, Politik, Kultur, Umwelt, Kommunikation
- Multioptionen-Gesellschaft
- Bildung wird vom öffentlichen Gut zur privaten Dienstleistung
OECD und Weltbank forcieren den internationalen Bildungswettbewerb (PISA, Veröffentlichung von Ranglisten)

➤ Gesundheitsförderung?

* Überschrift in der Beer Zeitung vom 18. November 2017, S. 27

Der Albtraum beginnt morgen* - Megatrends

- **Individualisierung:**

- Selbstverwirklichung, fortlaufende Korrektur der Lebensentwürfe
- Flexibilisierung (auch der Werte und Normen), hochspezialisierte Nischen
- Individualisierte Bildungsziele, Privatcoaches

➤ Gesundheitsförderung?

Der Albtraum beginnt morgen* - Megatrends

- **Digitalisierung:**

- Vernetzung von Individuen, Institutionen, Unternehmen – und der Dinge
- Entgrenzung (Arbeits- und Freizeit, Erziehung, Bildung ...)
- Bildung auf Kompetenzen statt auf Wissen ausgerichtet

➤ Gesundheitsförderung?

Weitere Megatrends ...

- **New Work (Flexibilisierung, Prekarisierung etc.)**
- **Alter (Gesundheit, Langlebigkeit)**
- **Mobilität (auch sozial)**
- **Etc.**

➤ Gesundheitsförderung?

... und Gegentrends

- **Re-Nationalisierung, Regionalisierung**
- **Teilen (Sharing Economy), Wiederverwerten, Selbermachen**
- **Werteorientierung**
- **Vereinfachung**
- **Etc.**

➤ Gesundheitsförderung?

... und schwarze Löcher

- **Unerwartete Entwicklungen, Brüche, zum Beispiel:**

- Naturkatastrophen, Klimawandel
- Kriege, Ressourcenknappheit
- Finanz- und Wirtschaftskrisen, Armut
- Etc.



Auswirkungen auf ...

- Familien
- Schülerinnen und Schüler
- Lehrpersonen



Auswirkungen auf Familien - Baustelle Familienpolitik

Nettokosten der Betreuung in % des Familieneinkommens (Modellfamilie mit zwei Kindern unter 3 Jahren, die vollzeitlich fremdbetreut sind)	
Schweden	6,2 %
Dänemark	7,8 %
Deutschland	8,4 %
Frankreich	11,3 %
...	
Schweiz	29,8 %

Zum Wandel der Familienformen

- Traditionelles bürgerliches Familienmodell
(Zahl sinkt: 1970 = 75%, 2000 = 37%, 2012 = 25%)
- Modernisiertes bürgerliches Familienmodell
(Zahl steigt: 2000 = 36%, 2012 = 43%)
- Egalitär-erwerbsbezogenes Familienmodell
(Zahl sinkt: bis 2000 konstant: 10%, 2012 = 5%)
- Ein-Eltern-Familien (Zahl nimmt zu)
- Zunehmend Migrations-Familien aus anderen Kulturen
- Vereinbarung von Beruf und Familie sind das grösste Problem
- Nachfrage für Krippen und Tagesfamilien in der Schweiz hoch



Zum Wandel der Familienphasen

- Heiratsalter wird hinausgeschoben
 - Frauen bringen weniger und später Kinder zur Welt
 - Scheidungsrate hoch, Geschiedene und Verwitwete, die sich wieder verheiraten (Zahl nimmt zu) ⇒ Patchwork-Familien
 - Wenig Geburten und Langlebigkeit führen zu mehr Bohnenstangenfamilien (längere gemeinsame Lebenszeit der Generationen)
- ⇒ Entwicklung zu einer 4-Generationen-Gesellschaft mit zwei Vereinbarkeitskonflikten



Auswirkungen auf Lehrerinnen und Lehrer

Kramis-Aebischer K. (1995)

- Ein Viertel der Lehrkräfte hat leichte Burnout-Anzeichen
- Ein Viertel hat mittlere bis starke Burnout-Erscheinungen
- 45 % der Lehrkräfte klagen über fortwährende Spannungen, Nervosität und Überlastungsgefühle

Märki et al. (2005)

- Ein Drittel der Lehrkräfte hat das Gefühl, nur selten richtig abschalten zu können
- Ein Viertel hält den Zeitdruck, unter dem gearbeitet werden muss, für zu gross
- Knapp ein Fünftel ist der Ansicht, dass man in diesem Beruf ständig überfordert werde

Auswirkungen auf Lehrerinnen und Lehrer

Kunz Heim D., Sandmeier A., Krause A. (2014)

- 33.7% der Lehrpersonen in der Schweiz weist hohe Burnout-Werte auf (über 40 im Copenhagen Burnout Inventory CBI)
- Auswertung nach Geschlecht ergab bei 36.96% der Lehrerinnen und bei 29.94% der Lehrer einen CBI über 40.
- Lehrpersonen mit hohem Teilzeitpensum zeigen höhere Werte bezüglich Arbeitsüberforderung, Arbeitsunzufriedenheit und depressiver Beschwerden.



Auswirkungen auf Schülerinnen und Schüler

Stresssignale bei 11-jährigen (Health Behaviour in School-aged Children HBSC 2014)

Symptome täglich oder mehrmals pro Woche	Mädchen in %	Jungen in %
Schlafprobleme	30	23
Gefühl der Niedergeschlagenheit	19	10
Kopfweh	15	9
Bauchweh	14	6
Nervosität	16	15

Auswirkungen auf Schülerinnen und Schüler

Stressursachen bei 15 - 21-jährigen Jugendlichen (Auszug aus Juvenir-Studie 4.0 der Jacobs Foundation, 2015)

	Mädchen in %	Jungen in %
Die Zeit reicht nicht für alles	56	45
Setze mich vor allem selbst unter Druck	52	30
Habe Angst um die berufliche Zukunft	47	39
Lehrpersonen üben viel Druck aus	13	21
Mit Freunden mithalten können oder besser sein	12	17
Eltern üben viel Druck aus	10	12
Wenn ich Leistungsdruck habe, zweifle ich häufig an mir und meinen Fähigkeiten	79	61

Verbreitung gesundheitsfördernder Massnahmen an Schweizer Schulen (2016)

Resultate der Lehrpersonenbefragung im Rahmen der Studie „Health Behaviour in School-aged Children“ (HBSC)

Forschungsbericht. Brugg-Windisch: Pädagogische Hochschule der Fachhochschule Nordwestschweiz

Kunz Heim Doris, Mittag Michael

(National repräsentative Stichprobe aufgrund des Schweizer Verzeichnisses aller Schulklassen des 5. bis 9. Schuljahres)

Grad, in dem gesundheitsfördernde Massnahmen für Schülerinnen und Schüler umgesetzt werden (Mittelwert)

• Gewaltprävention	3.3
• Bewegung und Entspannung	3.15
• Psychosoziale Gesundheit	3.11
• Suchtprävention	3.05
• Sexuelle Gesundheit	2.95
• Ernährung	2.9

0 = gar nicht, 1 = in sehr geringem Mass, 2 = in geringem Mass, **3 = zum Teil**, 4 = in hohem Mass, 5 = in sehr hohem Mass

Verbreitung von Massnahmen des Gesundheitsmanagements an Schulen (Mittelwerte)

• Gesundheitsförderung im Leitbild verankert	3.19
• Gesundheitsförderung spielt eine wichtige Rolle	3.02
• LP werden zur Erlangung von Gesundheitskompetenz unterstützt	2.48
• Arbeitsgestaltung beruht auf gesundheitsfördernden Überlegungen	2.4
• LP werden für gesundheitsrelevante Themen sensibilisiert	2.36
• LP werden zu Umgang mit Stress befähigt	2.35
• Gesundheitsförderung LP ein Thema	2.35
• Versuch systematische Verbesserung der Arbeitssituation	2.21

1 = trifft nicht zu, 2 = trifft eher nicht zu, 3 = trifft eher zu, 4 = trifft zu

Drei Aussagen zum Schluss

David Suter, Schulsozialarbeiter im Tages Anzeiger (14.11.2017)

- «Wir sollten vielleicht weniger darauf achten, was die Kinder in welchem Alter wissen und können, sondern wie gesund sie sich fühlen, wie begeisterungsfähig und neugierig sie sind und wie gut und gerne sie zusammenarbeiten.»

Eine Forderung von LCH und SER (2017)

- «Die Schulen werden dank entsprechender Ressourcen in die Lage versetzt, ein je angepasstes betriebliches Gesundheitsmanagement einzuführen, laufend zu evaluieren und zu verbessern.»



«Wenn du schnell vorankommen möchtest, gehe alleine.
Wenn du weit vorankommen möchtest, gehe
gemeinsam.»

(Afrikanisches Sprichwort)

Gruppenarbeit zu drei Fragestellungen

- Was möchte ich / möchten wir 2030 in der schulischen Gesundheitsförderung weglassen / nicht mehr tun? Was erscheint uns überflüssig?
- Was möchte ich / möchten wir in der schulischen Gesundheitsförderung auch 2030 beibehalten?
- Was möchte ich / möchten wir in der schulischen Gesundheitsförderung neu entwickeln? Wohin soll sie sich weiterentwickeln?

Ergebnisse der Gruppenarbeit

Weglassen	Beibehalten	(weiter-)entwickeln
«Einzelaktionen» Events	Impulsveranstaltungen Finanzielle Unterstützung	Gesundheitsförderung als Haltung
Konkurrenzieren Profilierung	Schulsozialarbeit Kostenfreie Beratungsstelle	Gesundheitsförderung als Punkt auf jeder Checkliste
Unruhe / Hektik in Schul- organisation und - strukturen	Teamanlässe LP Time-Out / Seitenwechsel	Punkt im Mitarbeiter- Innengespräch
	Schulärztliche Untersuchung Zahnpflege	Ganztagessschule Auflösung der Stundenstruktur
	Sportlager / Sporttage Schwimmunterricht	Gesundheitscoach für Lehrpersonen
	Kultureller Austausch	Teamteaching
	Tabakprävention Gewaltprävention (Projekte)	Individuelle Lehrer- typberatung ... analog Gesundheitscoach

Ergebnisse der Gruppenarbeit

Weglassen	Beibehalten	(weiter-)entwickeln
	Verkehrserziehung	Flexiblere Arbeitszeitgestaltung Springerlehrperson
	SchilW während Unterrichtszeit	Beweglicheres Mobiliar
		Unterricht vor Ort (Museum, draussen ...)
		Wohlfühlzimmer / Bewegungszone
		Ein Nachmittag/Woche freies Unterrichtsgefäss
		Neue Schulfächer (Achtsamkeit, Glück ...)
		Achtsamkeit, Meditation ect. Integriert in Schulalltag

Literatur und Quellenangaben

- Berner Zeitung BZ vom 09.08.2013: Baustelle Familienpolitik: Wo die Schweiz in Europa steht. S. 12-13
- Dachverband Lehrerinnen und Lehrer Schweiz LCH (Hrsg.) (2017): Gesundheit von Lehrpersonen. Leitfaden für Schulen, Behörden, Aus- und Weiterbildung. Zürich. <https://www.lch.ch/publikationen/downloads/>
- Hox Matthias (2007): Die Macht der Megatrends. Wie Globalisierung, Individualisierung und Alterung unsere Welt verändern. Download unter: https://www.entega.de/fileadmin/downloads/industriekunden/megatrends_hox.pdf
- Kunz Heim Doris, Mittag Michael (2016): Verbreitung gesundheitsfördernder Massnahmen an Schweizer Schulen. Resultate der Lehrpersonenbefragung im Rahmen der Studie «Health Behaviour in School-aged Children» (HBSC). Forschungsbericht. Brugg-Windisch: Pädagogische Hochschule der Fachhochschule Nordwestschweiz.
- Perrig-Chiello Pasqualina (2013): Familien in späteren Lebensphasen – zwischen Solidarität und Ambivalenz. Referat an der Fachtagung des Instituts für Familienforschung und Beratung der Universität Freiburg
- Roos T, Georges et al. (2013): Wertewandel in der Schweiz 2030. Vertiefungsstudie: Volksschule 2030. Vier Szenarien zur Zukunft der Schule. Luzern: swissfuture und Pädagogische Hochschule Zürich, Abteilung Forschung und Entwicklung. Download unter: <http://www.digitaleschweiz.ch/wp-content/uploads/2016/05/Wertewandel-Studie-Roos-Zukunft-Bericht-2013-DRUCK.pdf>
- Samuel Robin, Berger Lena, Bergmann Manfred Max (2017): Lebensstile, Konsum und Zukunftsperspektiven junger Erwachsener in der Schweiz. leidgenössische Jugenderhebung «012/13. Bern: Eidgenössische Jugendbefragungen ch-x, Bundesamt für Bauten und Logistik. www.chx.ch
- Sidler Claude (2016): Die Belastung von Lehrpersonen aus arbeitsmedizinischer und –psychologischer Sicht. Deskriptive Beobachtungsstudie. Baden: Institut für Arbeitsmedizin. <https://www.lch.ch/publikationen/studien/>