

«Herzsprung» – ein Muss für Abschlussklassen

«gesund und zwäg i de schuel». Mit dem Präventionsprogramm «Herzsprung» lernen Jugendliche, Konflikte in Liebesbeziehungen ohne Gewalt zu lösen. Die Schule Suhr hat das Programm zu sich geholt.

Das Programm «Herzsprung – Freundschaft, Liebe, Sexualität ohne Gewalt» wurde von der Fachstelle für Gleichstellung der Stadt Zürich in Kooperation mit der Bildungsdirektion des Kantons Zürich lanciert und steht mittlerweile allen interessierten Kantonen und Schulen zur Verfügung. Fünf Abschlussklassen der Bezirksschule und der SeReal Suhr hatten im vergangenen Juni die Möglichkeit, das Programm «Herzsprung» mitzumachen. Anhand verschiedener Fallbeispiele, Filme, Texte, Geschichten, und so weiter gelang es den Moderierenden, Zugang zu den Jugendlichen zu finden.

Ziele von «Herzsprung»

Die fünf «Herzsprung»-Module à drei Lektionen haben folgende Ziele:

- Fördern von respektvollem Verhalten in Paarbeziehungen und bei Verabredungen.
- Verringern von körperlicher, psychischer und sexueller Gewalt in jugendlichen Paarbeziehungen.
- Jugendliche lernen den Unterschied zwischen fürsorglichem und miss-

bräuchlichem Verhalten zu erkennen.

- Jugendliche werden befähigt, Gleichaltrige zu unterstützen, wenn diese von Gewalt in Paarbeziehungen betroffen sind.

Sensibilisieren nicht moralisieren

«Herzsprung» holt die Jugendlichen dort ab, wo sie im Moment stehen. Es unterstützt sie, Grenzen zu setzen ohne in Opfer und Täter zu unterteilen und Lösungsmöglichkeiten in Konflikten zu finden. Es regt zum Austausch, zur Diskussion, zum Ausprobieren und zum Debattieren an. «Herzsprung» moralisiert und bewertet die Jugendlichen nicht, sondern zeigt die schönen und wichtigen Seiten der ersten Liebe auf und hilft dem Herzen auf die Sprünge.

Sinnvoll und alltagsnah

Innert kurzer Zeit stiegen die Klassen auf die Themen ein: «Es ist so realitätsnah», so ein Schüler. «Es regt an, gewisse Erlebnisse mit den anderen zu teilen, ohne dass man sich schämen muss, da alles hier im Klassenzimmer bleibt», sagte eine Schülerin. «Ich fühle mich ernstgenommen und es ist gut, dass wir auch im Sozialbereich etwas zusätzlich lernen.» «Das Programm macht Spass und die Moderierenden sind sehr nett». Dies eine Auswahl an weiteren Kommentare von

Jugendlichen die in Suhr das Programm mitmachen konnten.

«Herzsprung»-Organisation der Schule Suhr

Bei der Durchführung von «Herzsprung» an der Schule war ein externes Moderationsteam im Einsatz. Gleichzeitig haben drei Suhrer Fachpersonen aus dem Schulumfeld die Moderationsausbildung besucht, um das Programm in Zukunft selber durchführen zu können (siehe Kasten). Die Durchführung wurde von den Moderierenden und der Klassenlehrperson vor- und nachbesprochen. Im Klassenraum war die Lehrperson nicht anwesend, das Moderationsteam informierte sie jedoch mit kurzen mündlichen Rückmeldungen über den Verlauf. Die Finanzierung konnte zur Hälfte mit einem Beitrag vom Lotteriefonds gedeckt werden, die weiteren Kosten wurden mit dem Projektbudget und einem speziellen Suhrer Fonds abgedeckt. Es bleibt die Hoffnung, dass viele Aargauer Schulen dieses tolle Projekt durchführen können. Gewaltprävention in jugendlichen Paarbeziehungen ist wichtiger denn je und Herzsprung ist ein eindrücklicher Ansatz dazu.

Denise Widmer, Gesamtschulleiterin Schule Suhr, Caroline Witschard, Programmleiterin «gesund und zwäg i de schuel»



«Herzsprung» an ihrer Schule

Informationen zum Programm «Herzsprung» sind zu finden unter www.herzsprung.ch.

Für die Vermittlung von schulexternen Moderationsteams sowie für die Ausbildung von schulinternen Moderatorinnen und Moderatoren ist Radix zuständig. Die nächste Ausbildung zur «Herzsprung»-Moderation für Fachpersonen aus dem Schulumfeld findet am 21. und 22. Oktober statt. Kontakt: pinck@radix.ch

Das Programm «gesund und zwäg i de schuel» unterstützt Mitglieder des Netzwerks gesundheitsfördernder Schulen Aargau bei der Ausbildung eigener «Herzsprung»-Moderatorinnen und Moderatoren. Kontakt: caroline.witschard@fhnw.ch

«Herzsprung» ist das Präventionsprogramm für Freundschaft, Liebe, Sexualität ohne Gewalt und steht interessierten Schulen zur Verfügung.