

Schule handelt

Stressprävention am Arbeitsplatz

Ein Angebot zur Stärkung der
Gesundheit von Lehrpersonen,
Schulleitungen und weiteren
Mitarbeitenden



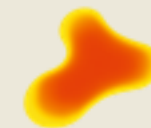
Impulstagung
Schulnetz21

30. November 2024
Bern

Nationale Koordination:

Im Auftrag von:

RADIX



Gesundheitsförderung Schweiz
Promotion Santé Suisse
Promozione Salute Svizzera

«Schule handelt» – Stressprävention am Arbeitsplatz

Impulstagung Schulnetz21, Bern

Information über den Prozess «Schule handelt»

30. November 2024

Anja Sijka – Akkreditierte Beraterin für «Schule handelt»

Corinne Hochstrasser – Schulleiterin Sekundarschule Obfelden-
Ottenbach



Erwartungen...?

- Weshalb hast du dich für diesen Workshop angemeldet?
- Was möchtest du unbedingt erfahren?



Austausch zu zweit oder dritt...

- Ist Gesundheitsförderung des Schulpersonals Luxus?
- Weshalb ist Gesundheitsförderung an Schulen wichtig?
- Was bedeutet Gesundheitsförderung an Schulen?
- **Welche Faktoren sind wichtig, wenn man an GHLP denkt?**

**Ist Gesundheits-
förderung des
Schulpersonals
Luxus?**



WARUM Schulentwicklung bezüglich Gesundheit am Arbeitsplatz Schule?

Allianz Betriebliche Gesundheitsförderung in der Schule

- Gegründet im September 2012
- Getragen von RADIX Gesunde Schulen, den Verbänden der Schulleitenden (VSLCH und CLACESO) und den Verbänden der Lehrerinnen und Lehrer (LCH und SER)

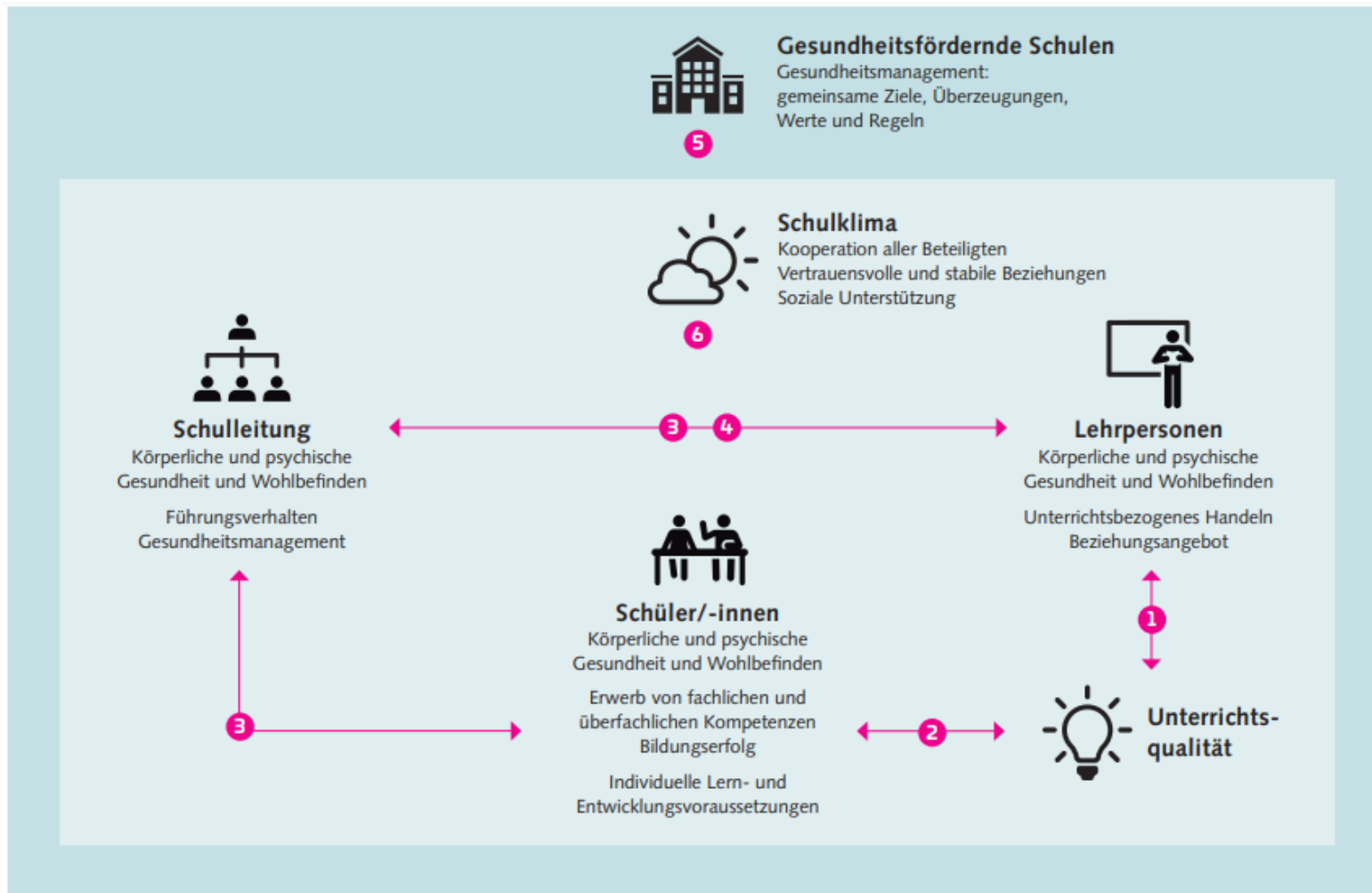


Vision der Allianz für Betriebliche Gesundheitsförderung in der Schule

Die Allianz vernetzt professionelle Institutionen mit wissenschaftlicher und erfahrungsbasierter Expertise. Die Mitglieder arbeiten gemeinsam an folgender Vision:

„Die Schule bietet allen Beteiligten einen anspruchsvollen, attraktiven Arbeits-, Lern- und Lebensraum. Sie wird von innen wie auch von aussen entsprechend wahrgenommen. Eine „Gesunde Schule“ gehört zum Selbstverständnis aller Beteiligten.“

Argumentarium «Gesundheit stärkt Bildung»





Gesundheitsfördernde Schulen
 Gesundheitsmanagement:
 gemeinsame Ziele, Überzeugungen,
 Werte und Regeln

5



Schulklima
 Kooperation aller Beteiligten
 Vertrauensvolle und stabile Beziehungen
 Soziale Unterstützung

6



Lehrpersonen
 Körperliche und psychische
 Gesundheit und Wohlbefinden
 Unterrichtsbezogene
 Beziehungsarbeit

1



**Unterrichts-
 qualität**



Schüler/-innen
 Körperliche und psychische
 Gesundheit und Wohlbefinden
 Erwerb von fachlichen und
 überfachlichen Kompetenzen
 Bildungserfolg
 Individuelle Lern- und
 Entwicklungsvoraussetzungen

3

4

Ein guter Unterricht
 und eine positiv
 unterstützende
 Beziehung zwischen
 LPs und SuS wirken
 sich positiv auf das
 Wohlbefinden und
 den Lernerfolg aus.

Gesunde und
 motivierte SLs
 können ihre
 Führungsaufgaben
 besser wahrnehmen.

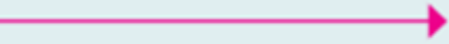
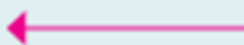


Schulleitung
 Körperliche und psychische
 Gesundheit und Wohlbefinden
 Führungsverhalten
 Gesundheitsmanagement

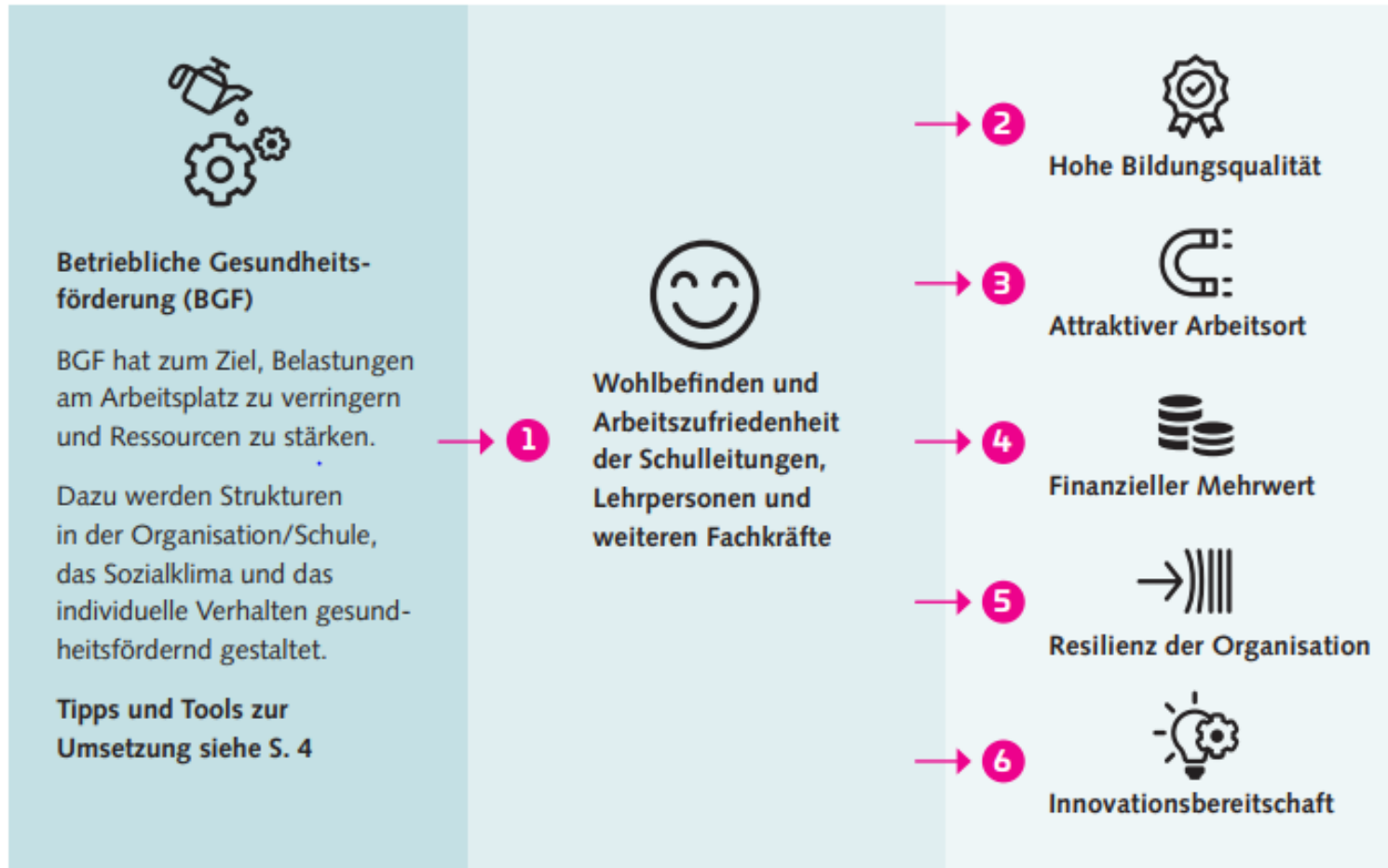
Der Führungsstil und
 die Einführung eines
 BGMs können die
 Gesundheit aller in der
 Schule positiv
 beeinflussen.

Gesundheitsfördernde
 Schulen tragen zu
 einem guten Schulklima
 bei und wirken sich
 positiv auf Gesundheit
 und Wohlbefinden aller
 aus.

Eine hohe
 Unterrichtsqualität
 setzt gesunde und
 leistungsfähige
 Lehrpersonen
 voraus.



Betriebliche Gesundheitsförderung (BGF) stärkt Schulen (2024)



WAS ist Gesundheit?

Definition Gesundheit

- Ernst Bloch: «etwas, das genossen, nicht verbraucht werden soll.»
- Talcott Parsons: funktionale Voraussetzung der Gesellschaft
«Gesundheit ist ein Zustand optimaler Leistungsfähigkeit eines Individuums, für die wirksame Erfüllung der Rollen und Aufgaben, für die es sozialisiert worden ist.»
- WHO 1948 : «Gesundheit ist ein Zustand völligen psychischen, physischen und sozialen Wohlbefindens und nicht nur das Freisein von Krankheit und Gebrechen. Sich des bestmöglichen Gesundheitszustandes zu erfreuen ist ein Grundrecht jedes Menschen, ohne Unterschied der Rasse, der Religion, der politischen Überzeugung, der wirtschaftlichen oder sozialen Stellung.»

Wohlbefinden

- **Physisches** Wohlbefinden: allgemeine Zufriedenheit mit der körperlichen Verfassung, Wohlfühlen im Körper
- **Psychisches** Wohlbefinden: allgemeine Zufriedenheit, Optimismus und Lebensfreude, Kompetenzgefühl
- **Soziales** Wohlbefinden: Gefühl, anerkannt und geliebt zu werden, Wertschätzung, Vertrauen und Sicherheit in sozialen Beziehungen

WAS beinhaltet das Angebot «Schule handelt»?

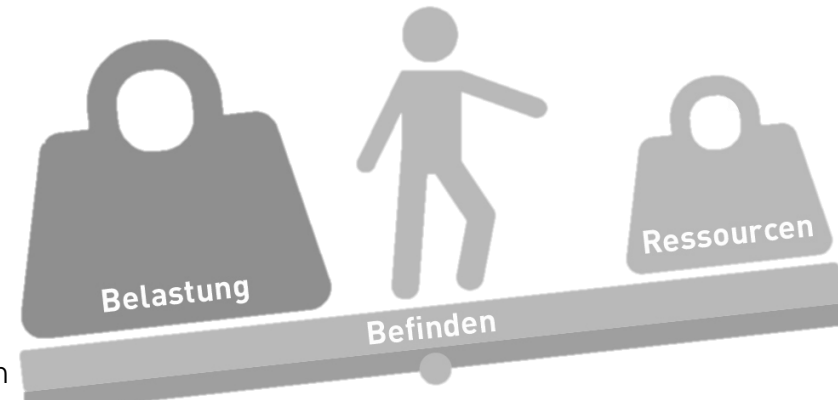
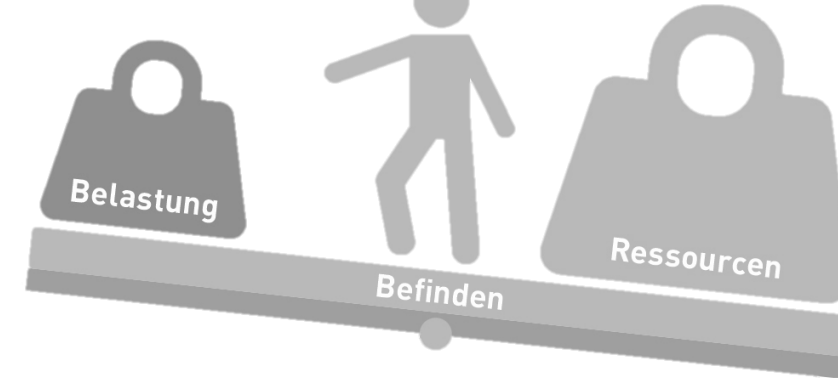
Präventionsprogramm

«Schule handelt» ist ein **Präventionsprogramm** und eine Möglichkeit, **betriebliche Gesundheitsförderung** systematisch und partizipativ in der Schule zu **etablieren**.



Wo setzt «Schule handelt» an?

Gesundheit ist das ständige Bemühen um ein **Gleichgewicht** zwischen **Belastungen** und **Ressourcen**.



Analysiert wird mit der Online-Befragung von Gesundheitsförderung Schweiz: Job-Stress-Analysis (JSA) → www.fws-jobstressanalysis.ch



JOB-STRESS-ANALYSIS



Ergebnisse auf
individueller Ebene
(Person)

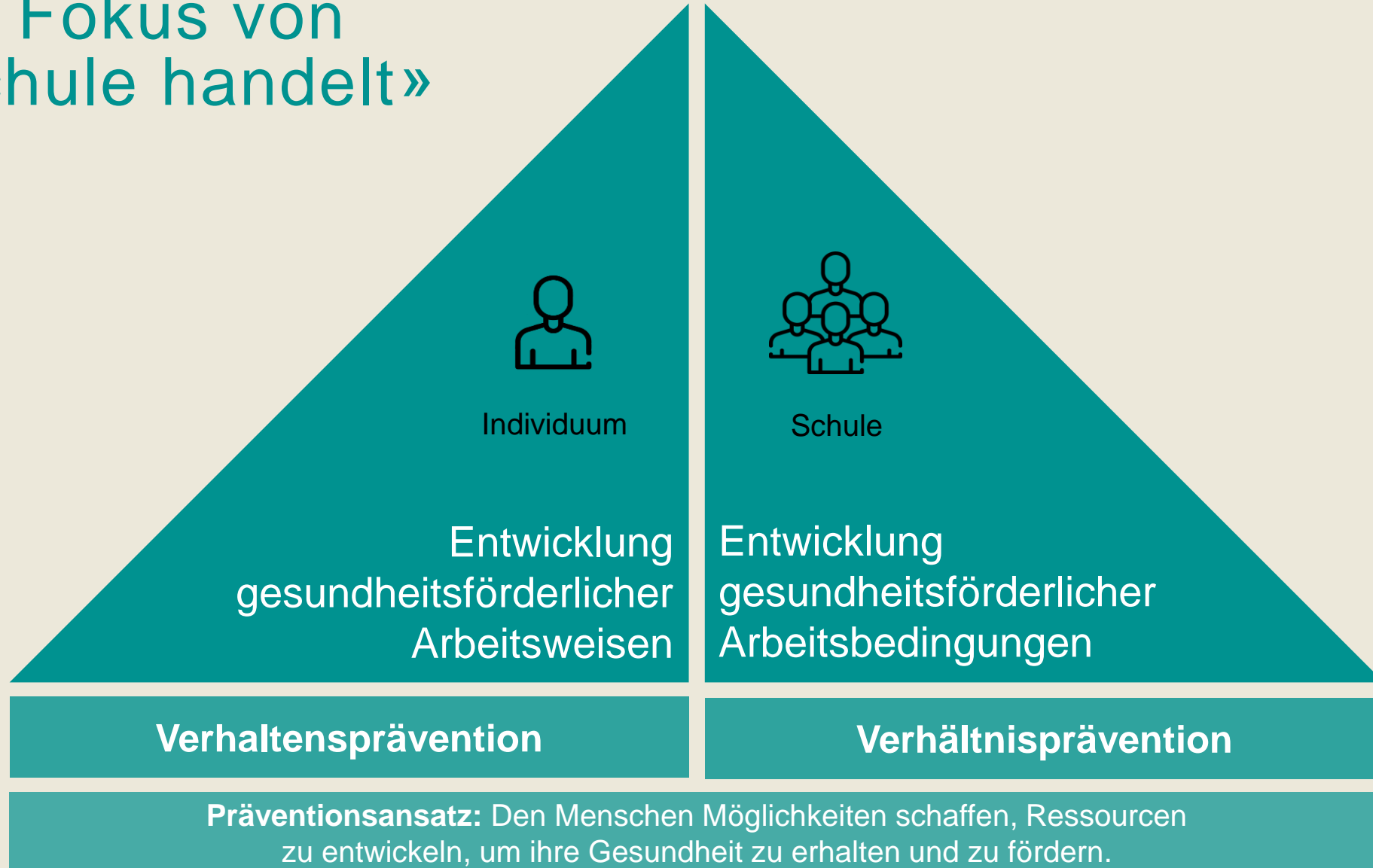
Privat!



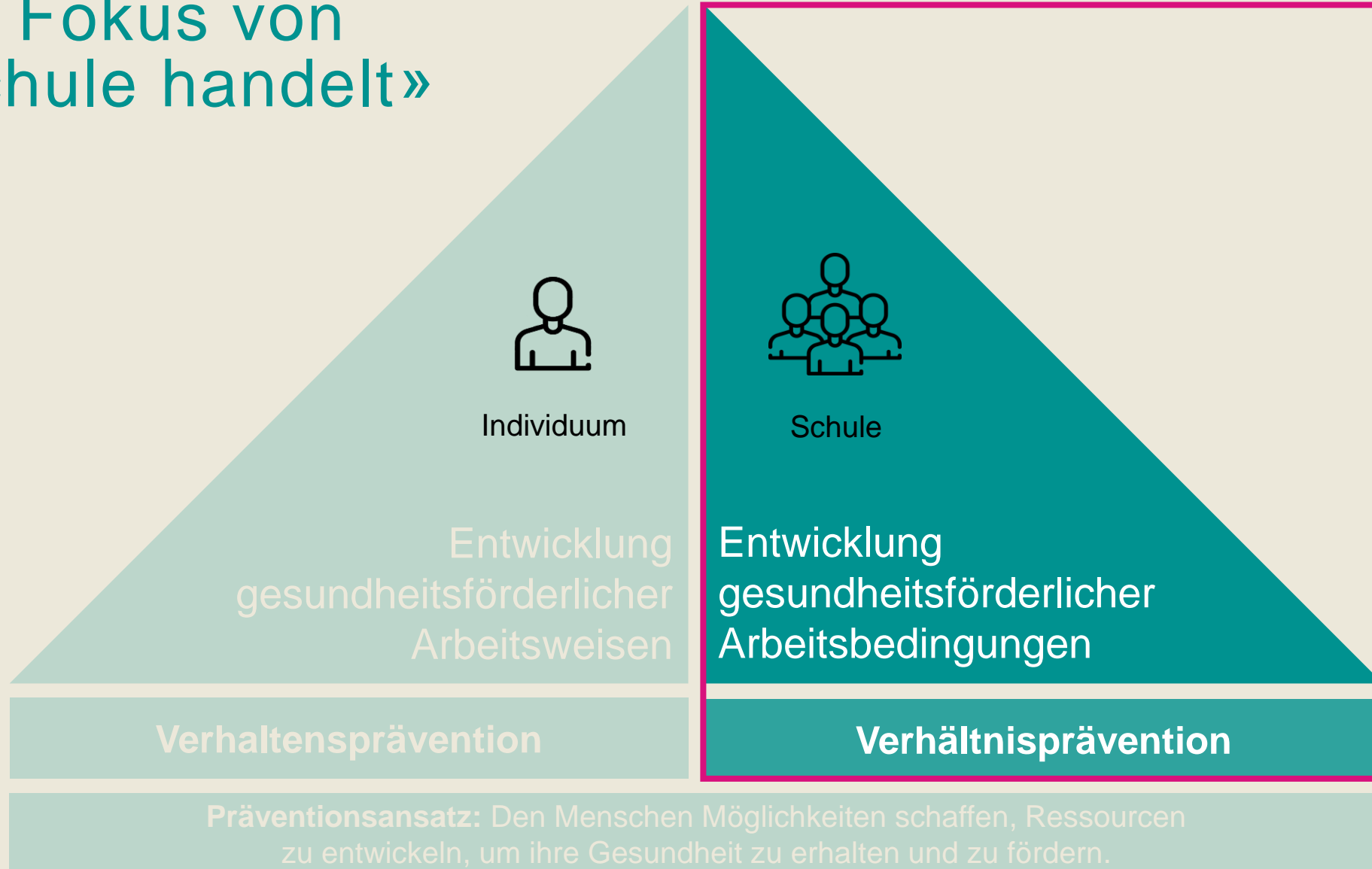
Ergebnisse auf
organisationaler Ebene
(Schule)

Schule handelt !

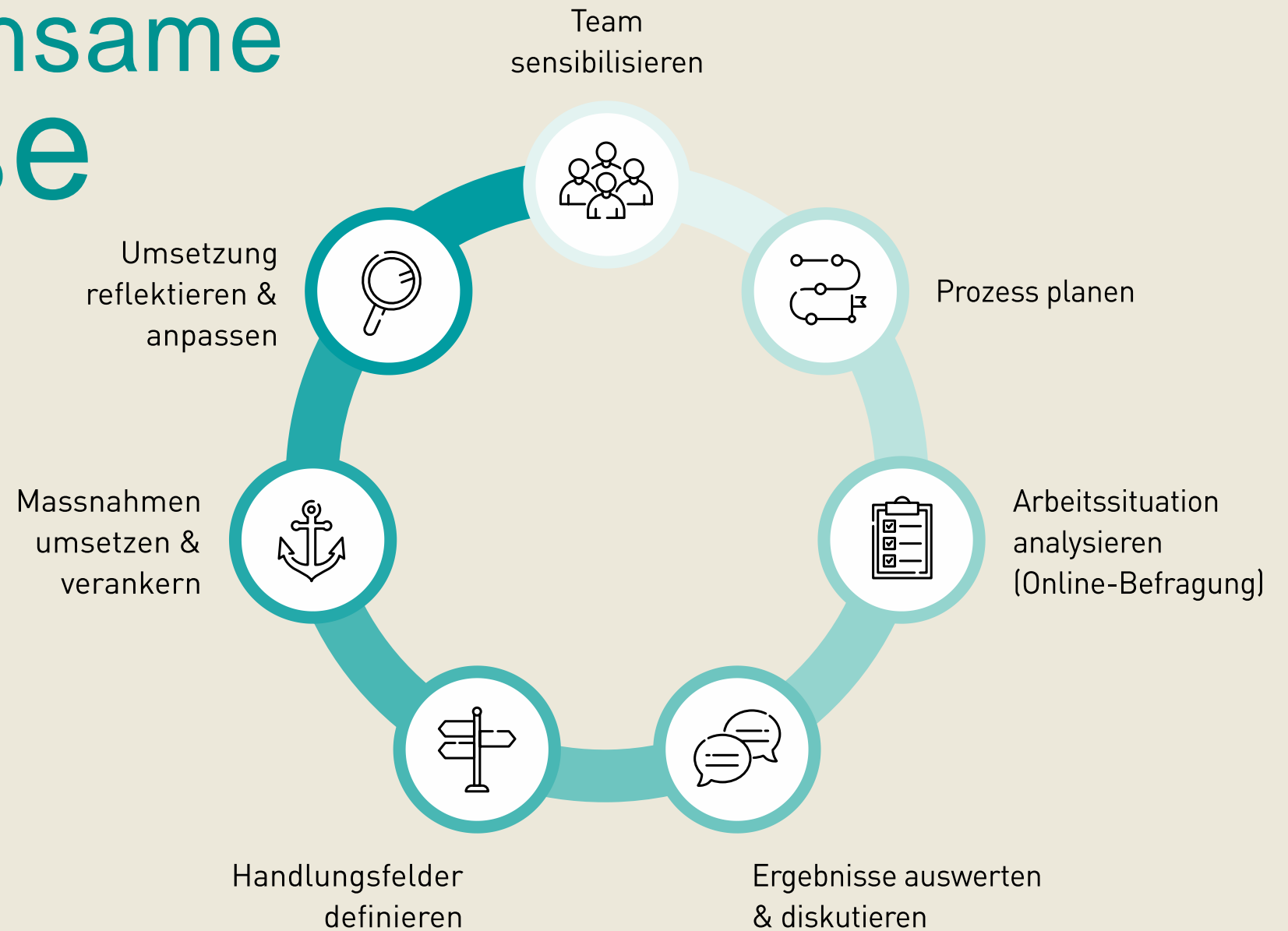
Der Fokus von «Schule handelt»



Der Fokus von «Schule handelt»



Eine gemeinsame Lernreise



«Schule handelt» bietet

- Standortbestimmung zu Ressourcen & Belastungen via Online-Befragung
- Ergebnisse auf Team-/Schulebene (mind. 10 Antworten pro Gruppe nötig)
- Partizipation der Mitarbeitenden (auch Nicht-unterrichtende)
- Beratung/Begleitung durch externe Beratungsperson
- Praxiserprobtes, evaluiertes Angebot
- Unmittelbares, anonymes Feedback für Befragungs-Teilnehmende
- Anwendbar für Schulen aller Stufen - öffentlich wie privat

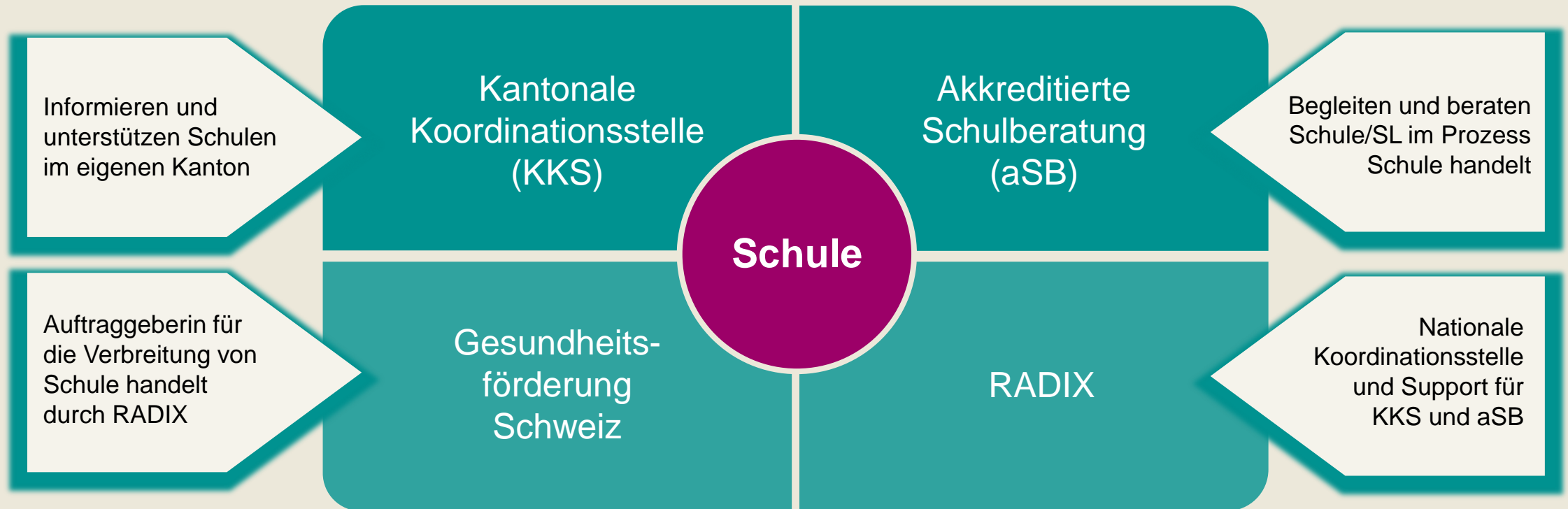


Kurzfilm verfügbar unter: schule-handelt.ch oder [RADIX-Youtube-Kanal](#):



Support

Unterstützungssystem für Schulen



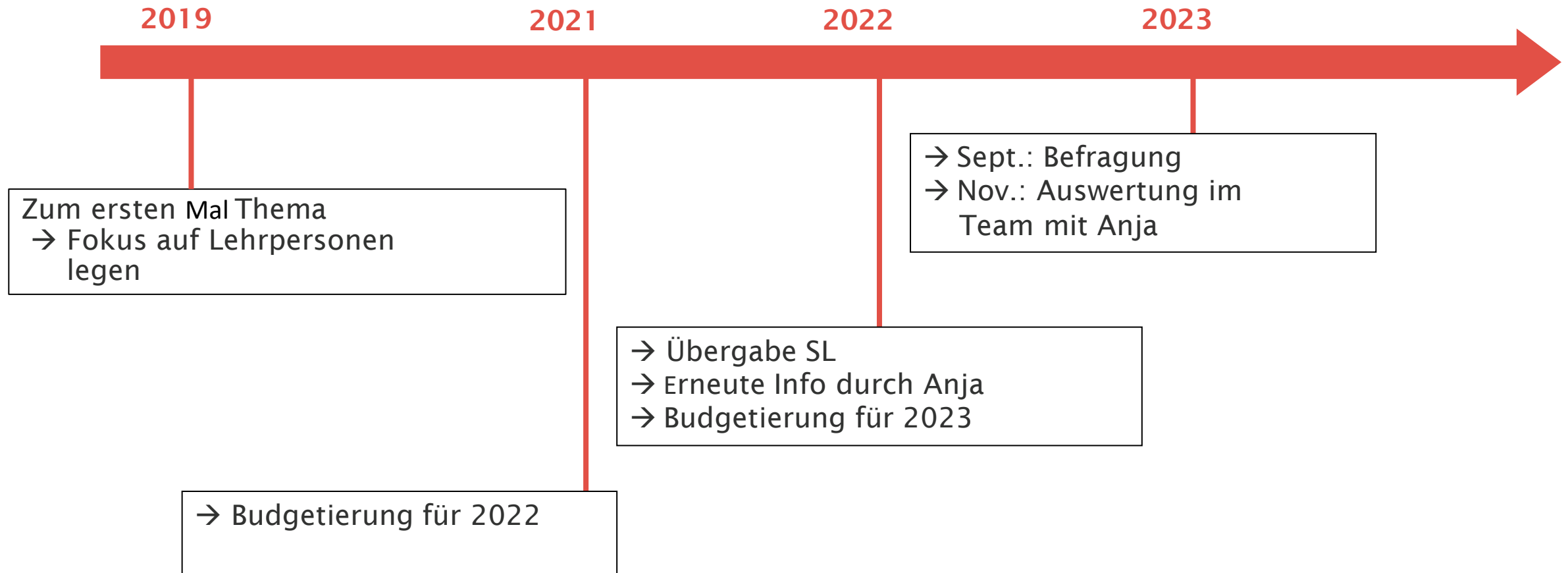
Rolle der Beratungsperson

- Unterstützung bei der Planung
- Begleitung der Steuergruppe
- Ev. Team-Info → Sensibilisierung
- Einrichten des Befragungs-Tools
- Sichten und Bereitstellen der Ergebnisse
- Gemeinsames Vorbesprechen mit SL und Steuergruppe
- Planung und Moderation einer Team-Weiterbildung
- Begleitung der Steuergruppen in der Massnahmenformulierung
- Ev. Begleitung bei der Umsetzung der Massnahmen



**Schule handelt an der
Sekundarschule Obfelden-Ottenbach**

Unser Weg



Resultat

- Hauptthema **Gemeinsame pädagogische Haltung**
(2. Soziale Belastungen durch Arbeitskolleg:innen)
- Weiteres Vorgehen?

Was wollen/brauchen die LP konkret?

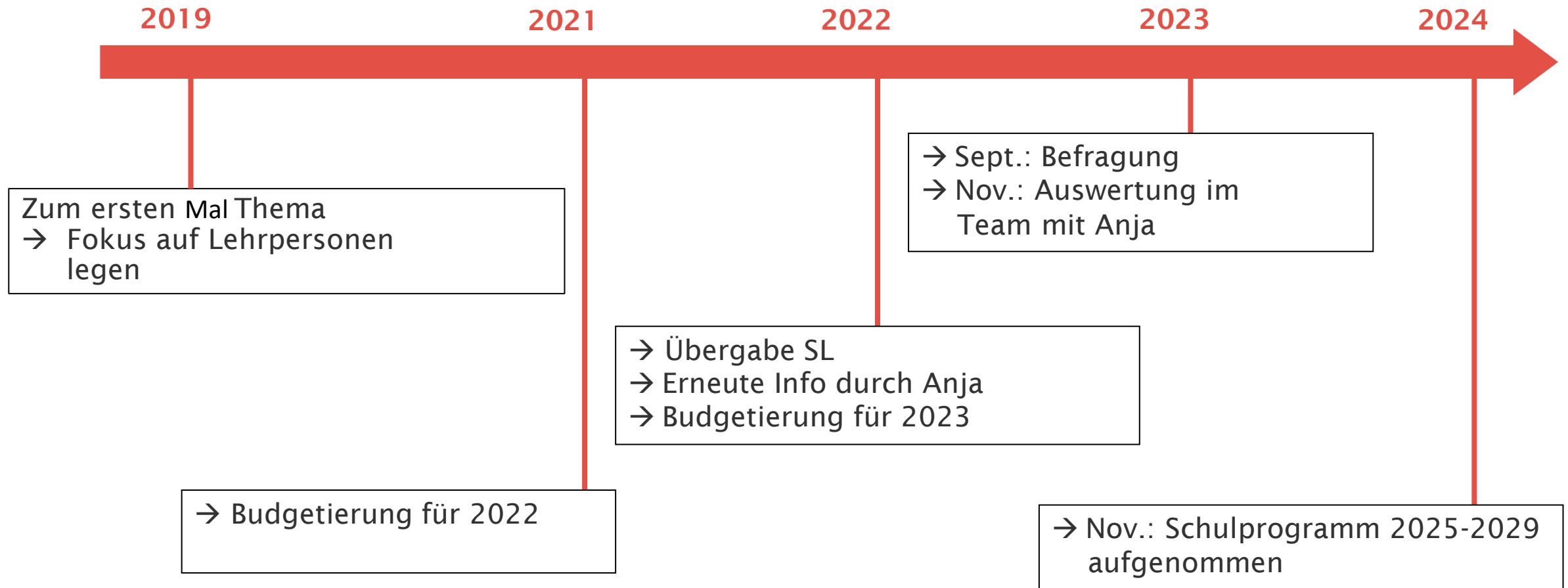
>> Fokus auf Werte/Haltungen <<



Ziel: Lehrpersonenteam näher zusammenbringen → wirkt auf Dauer entlastend → positive Auswirkung auf SuS



Unser Weg



Fazit

- LP-Team muss bereit sein
- Es lohnt sich, hinzuschauen, was nicht gut läuft
- Es zeigt auch, was bereits gut läuft



Kosten

- 7 – 10 Stunden an Sitzungen
 - Einrichten online-Befragung
 - Ergebnisse sichten und bündeln
 - Team-Weiterbildung
 - Plus Spesen...
- CHF 4500 – 10'000... je nach vereinbarter Begleitung und Grösse der Schule
- Fördergelder von Gesundheitsförderung CH und ev. KAP

Vorgehen bei Interesse

- Kontakt mit kantonaler [Koordinationsstelle](#) aufnehmen und kantonale Fördergelder abklären
- [Förderfonds](#) Gesundheitsförderung Schweiz
- [Liste](#) von akkreditierten Schulberater:innen (frei wählbar)
- dann kann das individuelle Vorgehen besprochen und geplant werden...

Zeit und Raum für Fragen und Diskussionen....

...?

