

# 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)

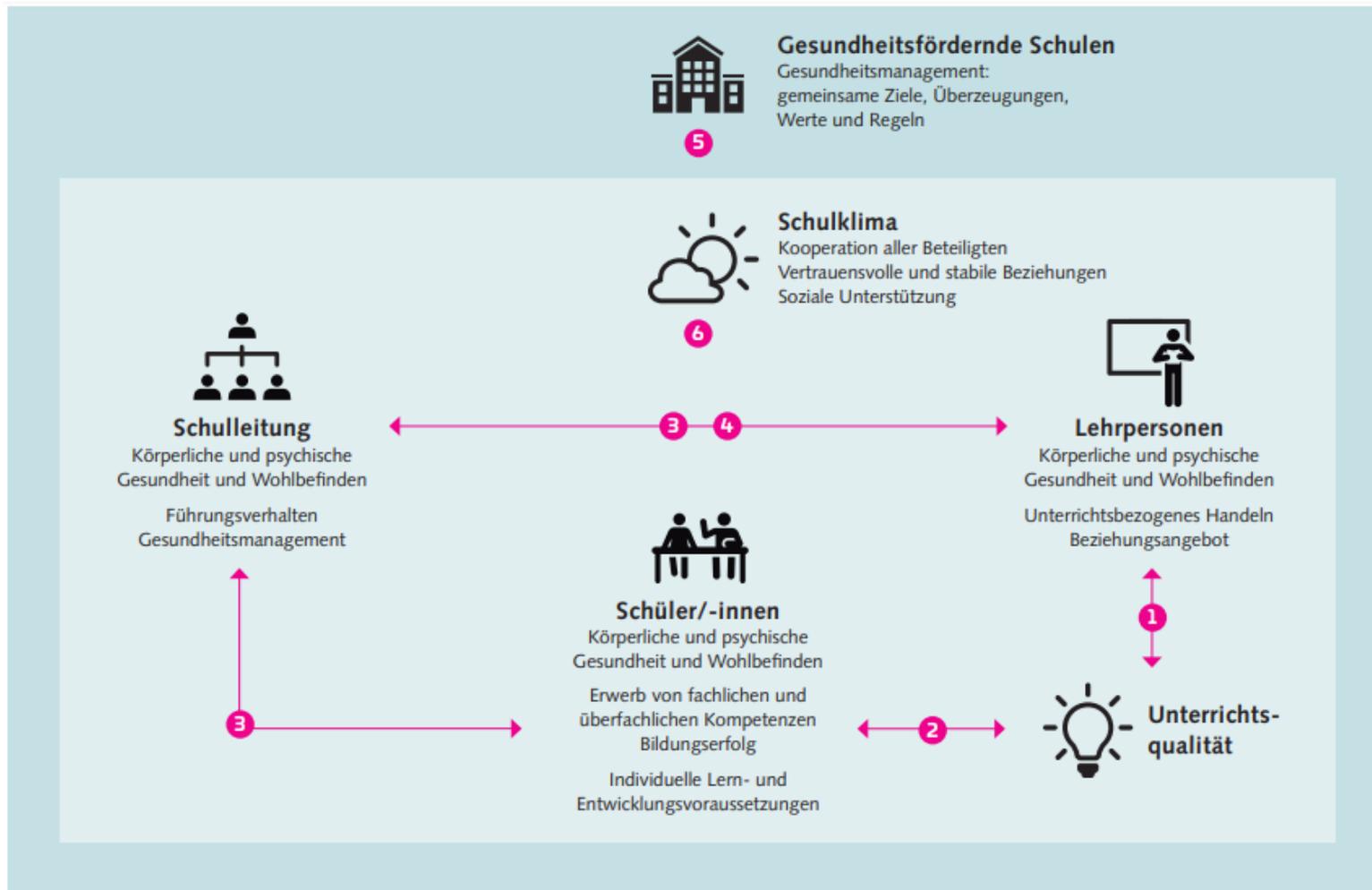


# Vision der Allianz für Betriebliche Gesundheitsförderung in der Schule

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**



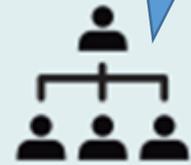
**Schüler/-innen**  
 Körperliche und psychische  
 Gesundheit und Wohlbefinden  
 Erwerb von fachlichen und  
 überfachlichen Kompetenzen  
 Bildungserfolg  
 Individuelle Lern- und  
 Entwicklungsvoraussetzungen

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

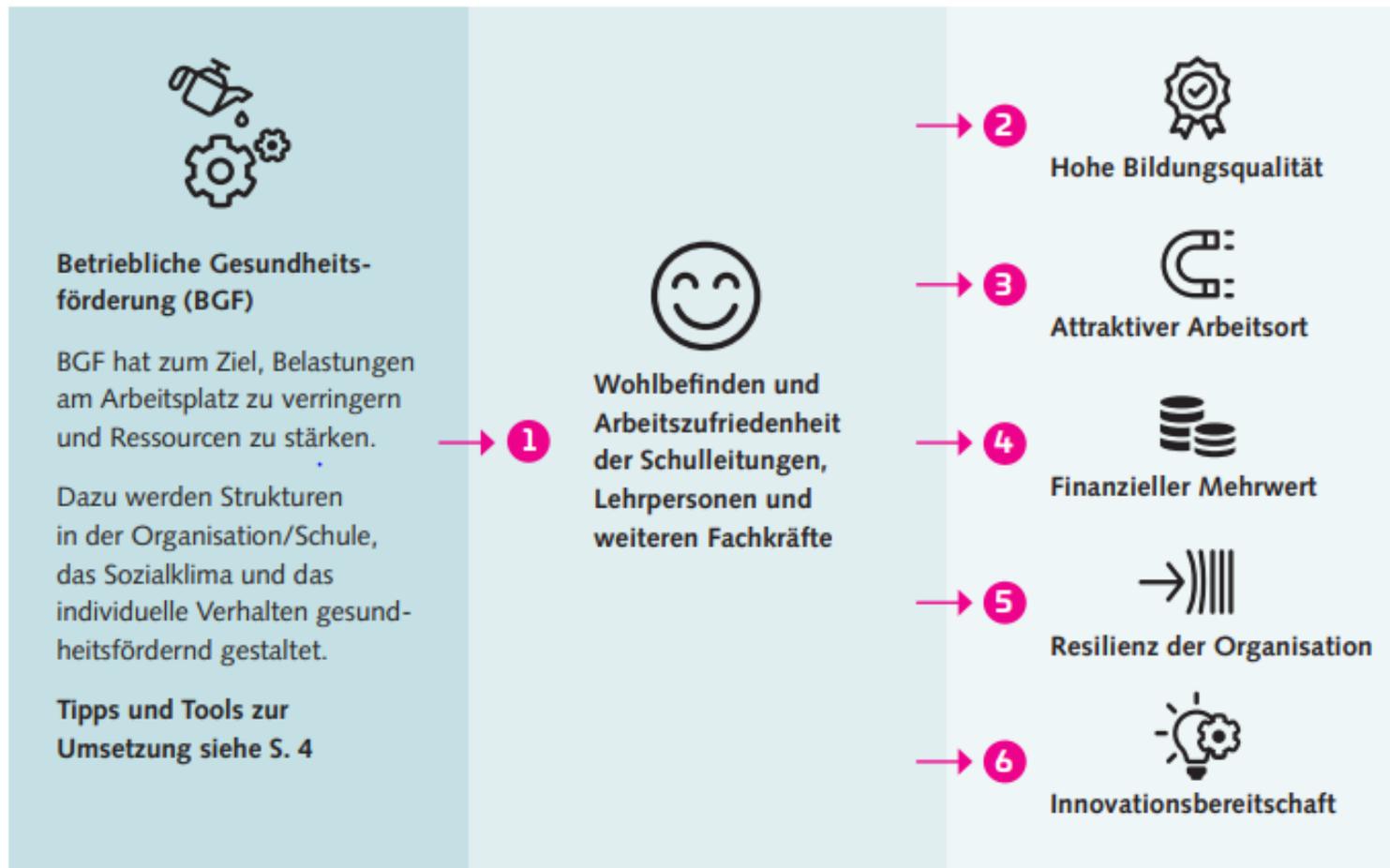
Der Führungsstil und  
 die Einführung eines  
 BGMs können die  
 Gesundheit aller in der  
 Schule positiv  
 beeinflussen.

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»?

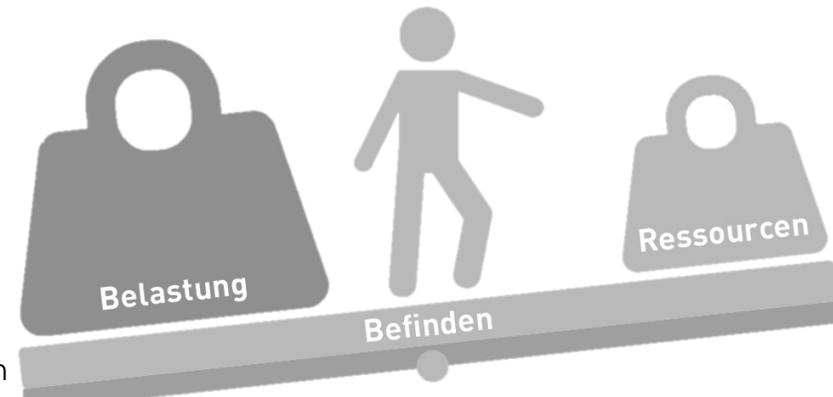
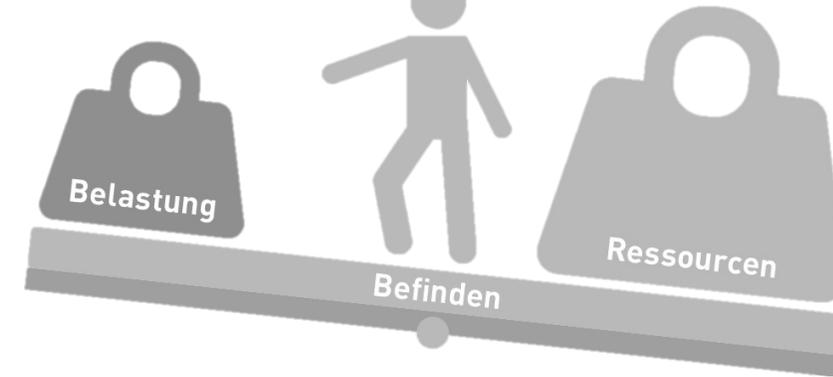
# Präventionsprogramm

«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](http://www.fws-jobstressanalysis.ch)



**JOB-STRESS-ANALYSIS**



Ergebnisse auf  
individueller Ebene  
(Person)

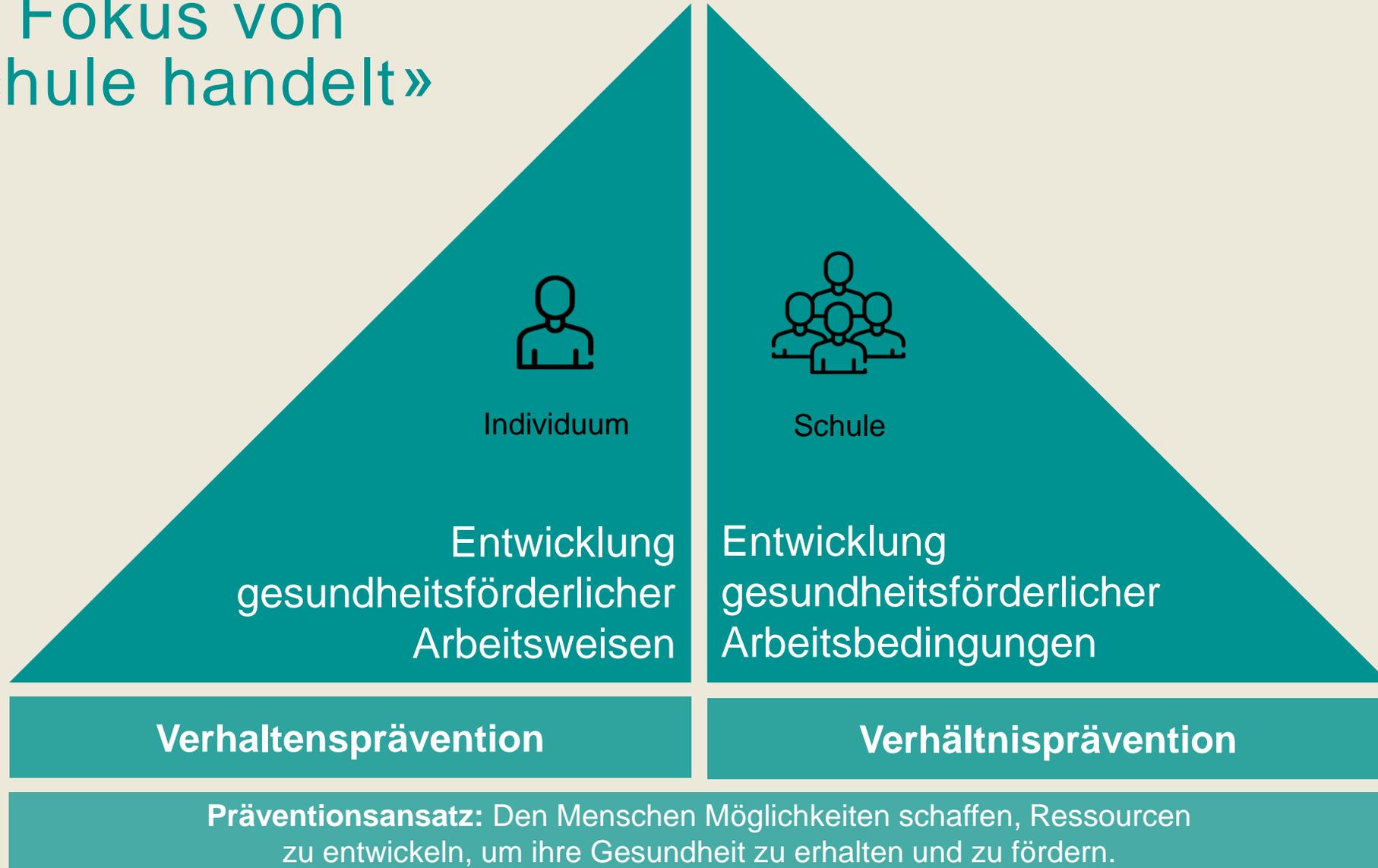
**Privat!**



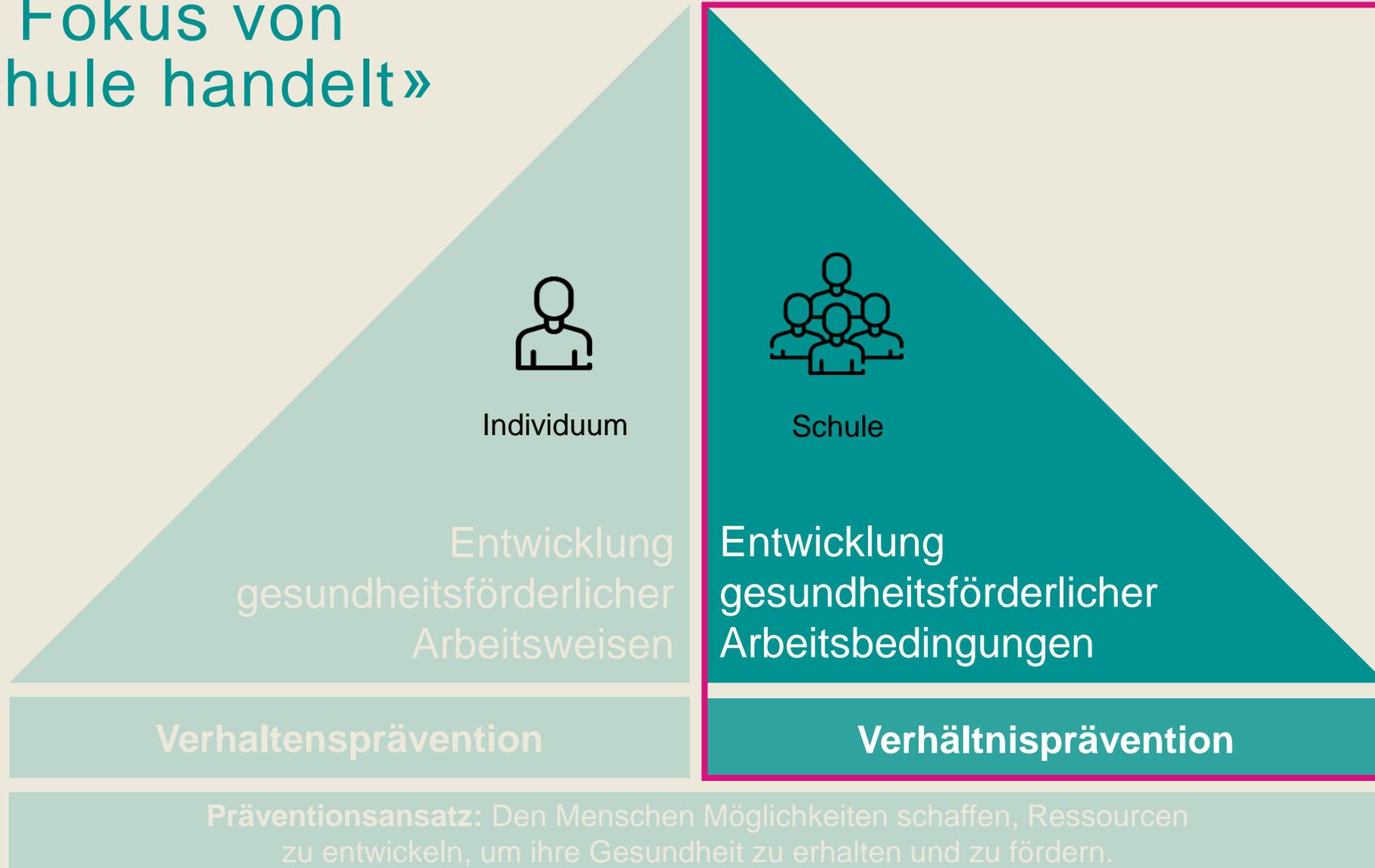
Ergebnisse auf  
organisationaler Ebene  
(Schule)

**Schule handelt !**

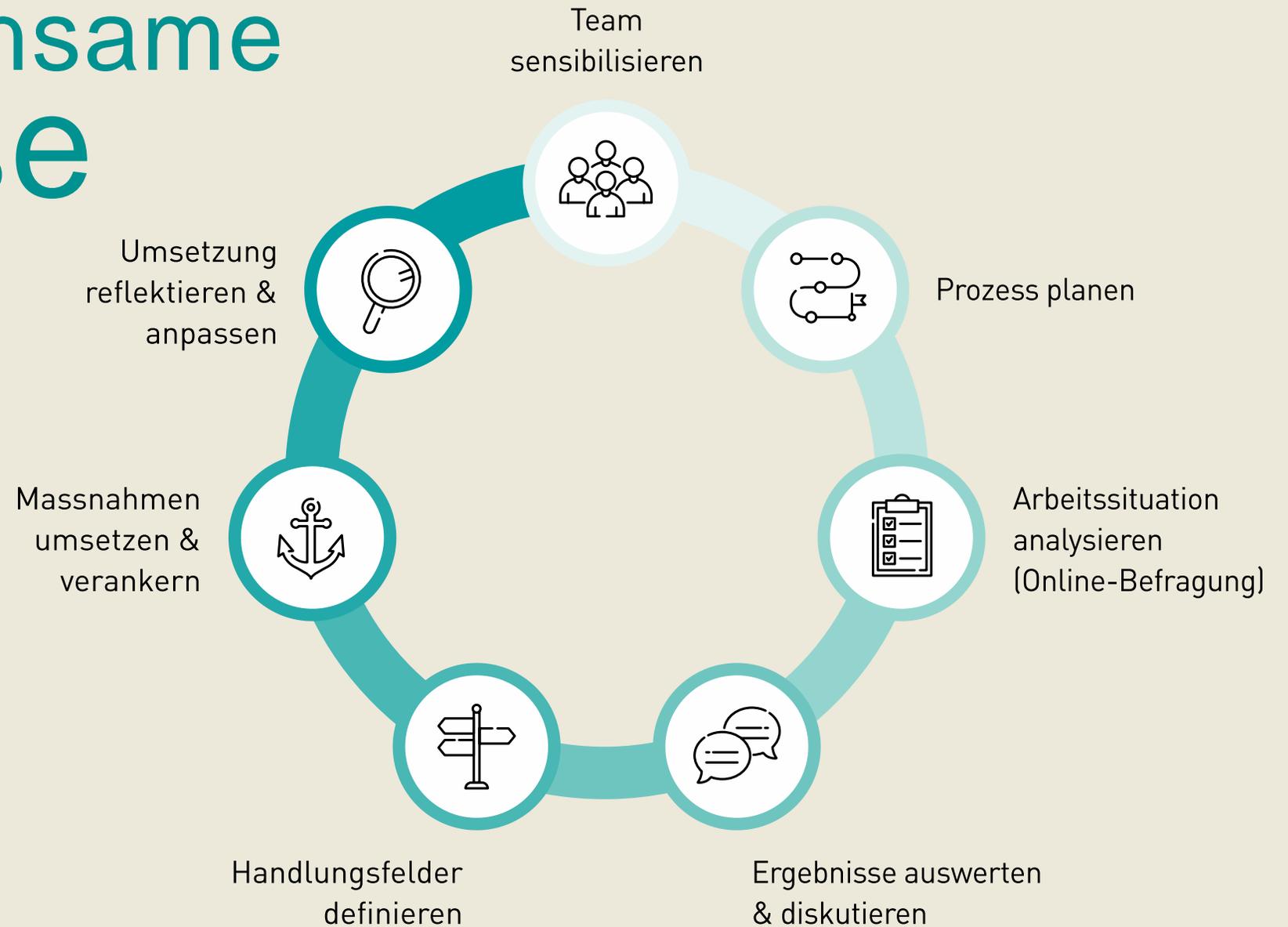
# Der Fokus von «Schule handelt»



# 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](https://schule-handelt.ch) oder [RADIX-Youtube-Kanal](#):



# Support

Unterstützungssystem für Schulen



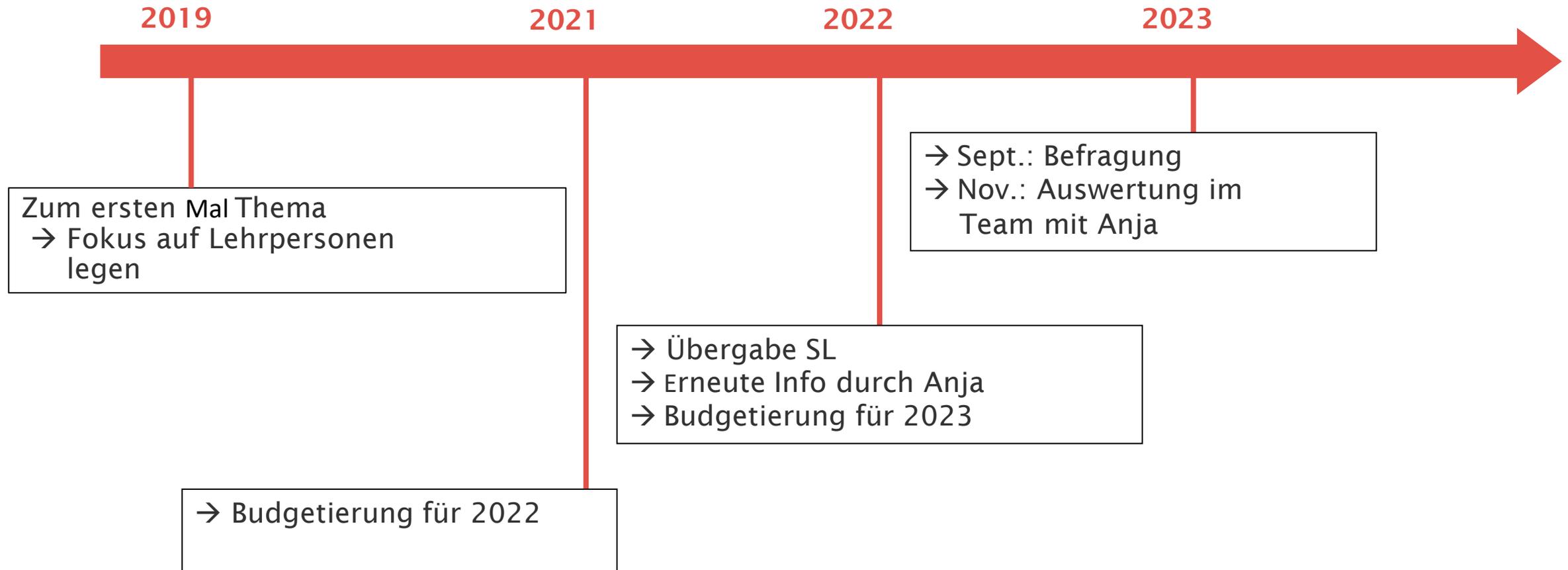
# Rolle der Beratungsperson

- 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

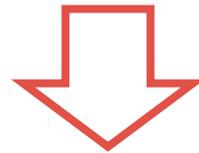


# Resultat

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

**Was wollen/brauchen die LP konkret?**

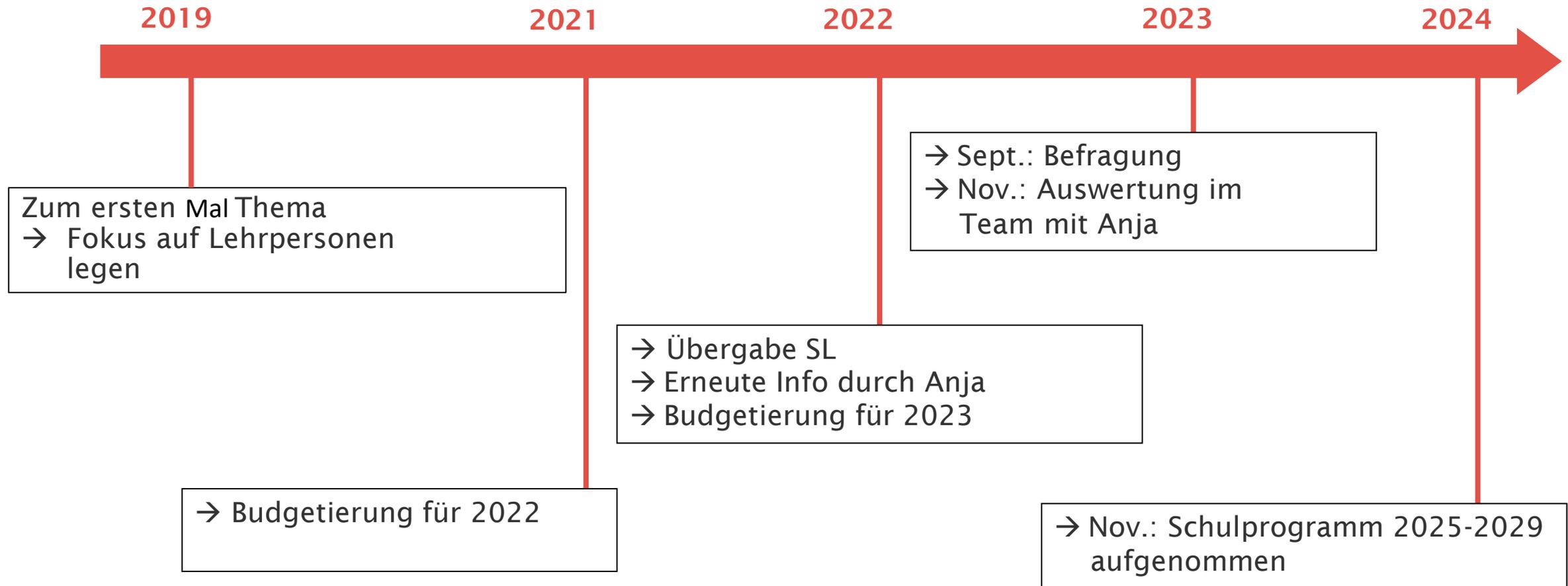
**>> Fokus auf Werte/Haltungen <<**



**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....

...?

