

Leitfaden

Gesundheitsförderung und Prävention an Solothurner Schulen



**«Wo Gesundheit fehlt, kann Weisheit
nicht offenbar werden,
Kunst keinen Ausdruck finden,
wird Reichtum wertlos,
kann Stärke und Klugheit keine
Anwendung finden.»**

Herophiles von Alexandria, 3. Jhdt. v. Chr.



Autorinnen und Autoren:

Nadine Käser und Markus Schär, Fachstelle Prävention, Amt für soziale Sicherheit; Dominique Högger
Beratungsstelle Gesundheitsbildung und Prävention, Pädagogische Hochschule, FHNW.

Leitfaden «Gesundheitsförderung und Prävention an Solothurner Schulen»

Wozu ein Leitfaden?	4
Ausgangslage	4
Ergebnisse der Erhebung	4
Folgerungen	5
Ziele des Leitfadens	5
Gesundheitsförderung und Prävention	6
Was ist Gesundheitsförderung und Prävention?	6
Gesundheitsförderung und Prävention in der Schule	7
Gesundheitsförderndes Profil an Schulen	9
Nutzen einer gesundheitsfördernden Schule	9
Erfolgsfaktoren für die Gesundheitsförderung an Schulen	10
Erarbeitung und Umsetzung von gesamtschulischen Konzepten	10
Literatur	11
Anhang	12
Adressverzeichnis	12
Übersicht Angebote Kanton Solothurn	13
Weitere Quellen und Beispiele im Internet	13
Fazit der Situationsanalyse und Bedarfserhebung	14

WOZU EIN LEITFADEN?

Ausgangslage

Sicher sind Sie den Themen der Gesundheitsförderung und Prävention bereits im Schulalltag begegnet. Von verschiedenen Seiten werden Erwartungen aber auch konkrete Vorschläge und Projekte in die Schulen getragen. Daneben sind Sie mit Herausforderungen konfrontiert, welche eine Auseinandersetzung mit Fragen zur Gesundheitsförderung und Prävention erfordern. Um die Schulen bei der Bewältigung dieser Herausforderungen zu unterstützen, wurde der vorliegende Leitfaden entwickelt.

Der Leitfaden bietet Ihnen eine Orientierungshilfe, damit Sie die Gesundheitsförderung und Prävention an Ihrer Schule angemessen und erfolgreich umsetzen können.

Aufgrund der Vielfalt und Komplexität des Angebots zum Thema Gesundheitsförderung und Prävention an Schulen beauftragte der Regierungsrat das Amt für soziale Sicherheit (ASO), eine Bedarfserhebung zur Gesundheitsförderung, Prävention und Früherkennung an den Solothurner Schulen durchzuführen und in Zusammenarbeit mit dem Gesundheitsamt (GESA), dem Volksschulamt (VSA) sowie der Jugendpolizei einen departementalen Massnahmenplan Gesundheitsförderung und Prävention für die Solothurner Schulen auszuarbeiten (RRB Nr. 2010/1287 vom 6. Juli 2010).

Die Erhebung wurde im Herbst 2011 unter dem Titel «Situationsanalyse und Bedarfserhebung für Gesundheitsförderung, Prävention sowie Früherkennung und Frühintervention an den Solothurner Schulen» durchgeführt. Ziel der Analyse war es, eine differenzierte Übersicht über die Problemfelder der Schülerinnen und Schüler und über die bestehenden Angebote im Bereich der Gesundheitsförderung und Prävention sowie deren Nutzung an Solothurner Schulen (Kindergarten bis Sekundarstufe I) zu erhalten.

Ergebnisse der Erhebung

Die Resultate der Erhebung zeigen, dass sich Schülerinnen und Schüler zu den Themen Bewegung und Ernährung sowie Alkohol, Tabak und Cannabis und zu Themen der sexuellen Gesundheit (Aufklärung, HIV/Aids, Beziehung) Informationen im Unterricht wünschen.

Schulleitungen und Lehrpersonen sehen besonders bei der Förderung der Lebenskompetenzen (Selbstwertgefühl, Problemlösefähigkeit), im Bereich von Ernährung und Bewegung sowie in der Mobbingprävention einen Bedarf. Von Lehrpersonen, Schulsozialarbeitenden wie auch Schülerinnen und Schülern wurden die teilweise problematischen Familienverhältnisse mehrfach genannt. Eltern wünschen sich Unterstützung in Erziehungsfragen und Angebote zur Gesundheitsförderung und Prävention, in die sie miteinbezogen werden. Übergreifend nannten die befragten Gruppen die Konzentrationsschwierigkeiten sowie den Umgang mit neuen Medien und Technologien als häufigste Problemlage.

Fazit der Erhebung ist, dass sich die Solothurner Schulen Informationen zu Themen und Angeboten der Gesundheitsförderung und Prävention wünschen. Zudem wurde von den Schulen eine bessere Koordination der bestehenden Massnahmen zu Gesundheitsförderung und Prävention gefordert. Im Weiteren wird erfolgreiche Gesundheitsförderung und Prävention als gemeinsame, geteilte und gelebte Kultur verstanden, welche eine gesunde Entwicklung der Schülerinnen und Schüler aber auch das Wohlbefinden aller Beteiligten ins Zentrum stellt und Lehrpersonen sowie Eltern die entsprechenden Rollen, Verantwortungen und Ressourcen zuschreibt. Das ausführliche Fazit finden Sie im Anhang.

Folgerungen

Die Erhebung zeigt, dass es vor allem im strukturellen Bereich Verbesserungsmöglichkeiten gibt. Während an Schulen für schwierige Schulsituationen klare Regelungen und Abläufe gelten, sind die Erwartungen an gelingende Gesundheitsförderung und Prävention oft unklar und die verschiedenen Angebote dazu häufig unübersichtlich, nicht klar zuzuordnen und selten praxisnah. Zudem wird die Umsetzung von Gesundheitsförderung und Prävention als zusätzliche Belastung empfunden.

Gesundheitsförderung und Prävention lässt sich dann erfolgreich realisieren, wenn die Lehrpersonen eine gemeinsame Vorstellung dazu entwickeln. Eine hohe Zustimmung und eine gemeinsame Haltung zum Thema Gesundheitsförderung und Prävention erhöhen die Identifikation der Schulgemeinschaft und wirken sich sowohl positiv auf das Schulleben als auch auf das Wohlbefinden der Schülerinnen und Schüler aus. Zu beachten ist, dass die kleinen akzeptierten Schritte dabei nachhaltiger wirken als grosse ambitionöse Veränderungen.

Weiter soll der Austausch über Erfahrungen sowie die Kommunikation und Koordination zu den bestehenden Angeboten und Massnahmen gefördert werden.

Eine **Übersicht zu den Angeboten der Gesundheitsförderung und Prävention**, welche von den Präventionsverantwortlichen in den verschiedenen Departementen und Ämtern empfohlen werden, ist unter dem Link www.praevention.so.ch zu finden.

Ein Fazit mit den wichtigsten Feststellungen zur Erhebung finden Sie im Anhang dieses Leitfadens.

Ziele des Leitfadens

Mittels der Ergebnisse dieser Situationsanalyse und Bedarfserhebung und des daraus folgenden Fazits entstand der vorliegende Leitfaden «Gesundheitsförderung und Prävention an Solothurner Schulen».

Der Leitfaden soll Schulleitungen, Lehrkräften und weiteren an der Schule beteiligten Personen als Anregung, Diskussionsgrundlage und zur Unterstützung dienen.

Damit Gesundheitsförderung und Prävention in den Schulen möglichst niederschwellig, integrierend und ressourcenorientiert umgesetzt werden kann, soll der Leitfaden:

- die **wichtigsten Informationen** zur Gesundheitsförderung und Prävention vermitteln;
- die **Möglichkeiten und Chancen** einer nachhaltigen und vielfältigen Gesundheitsförderung und Prävention in der Schule aufzeigen;
- **Orientierung** über die Erarbeitung eines gesundheitsförderlichen Profils in der Schule und dessen Umsetzung bieten.



GESUNDHEITSFÖRDERUNG UND PRÄVENTION

Was ist Gesundheitsförderung und Prävention?

Im vorliegenden Leitfaden zur Gesundheitsförderung und Prävention an Solothurner Schulen wird von einem umfassenden Gesundheitsbegriff ausgegangen. Gesundheit betrifft in diesem Sinn sowohl die körperliche, psychische und soziale Gesundheit. Der Ansatz der Salutogenese (Gesundheitsentstehung, abgeleitet von lat. salus für «Gesundheit», «Wohlbefinden» und genese von griechisch, genesis für «Geburt», «Ursprung», «Entstehung») bezeichnet ein Konzept, das die Erhaltung von Gesundheit zum Ziel hat.¹ Nach dem Salutogenese-Modell ist Gesundheit nicht als Zustand sondern als Prozess zu verstehen.

Gesundheitsförderung und Prävention sind Felder, auf welche sowohl im Gesundheits-, Sozial- und Erziehungsbereich wie auch von der Polizei und der Justiz Bezug genommen werden. Allerdings werden Begriffe in den verschiedenen Bereichen jeweils unterschiedlich verstanden. Es ist deshalb nützlich, die Begriffe zu präzisieren.

Unter Gesundheitsförderung werden alle Massnahmen verstanden, die zum Ziel haben sowohl die physische als auch die psychische und soziale Gesundheit zu erhalten und zu fördern. Im Mittelpunkt der Gesundheitsförderung stehen Verfahren der Beteiligung und der Stärkung individueller Kompetenzen. Mit Prävention werden alle Strategien und Massnahmen bezeichnet, die ergriffen werden, um das Auftreten, die Verbreitung und die negativen Auswirkungen von Risikoverhalten zu verhindern oder zu vermindern. Dies kann erreicht werden, indem einerseits die Risikofaktoren vermindert und andererseits die Schutzfaktoren gefördert werden. Präventive Massnahmen können nur wirken, wenn sie so früh und so selbstverständlich wie möglich in das alltägliche Lebensumfeld der Kinder bzw. Jugendlichen einbezogen werden. Sie können nach folgenden Merkmalen unterschieden werden:

Ausrichtung nach Interventionszeitpunkt (Prävention, Früherkennung, Frühintervention)

- Von Prävention ist die Rede, wenn Interventionen darauf ausgerichtet sind, das Auftreten von unerwünschtem Verhalten durch die Reduktion von Risikofaktoren und die Stärkung von Schutzfaktoren zu verhindern.
- Von Früherkennung ist die Rede, wenn die Beobachtung von ersten Anzeichen von unerwünschtem Verhalten systematisch organisiert und der Austausch dieser Beobachtungen gefördert wird, um eine mögliche Intervention rechtzeitig einzuleiten.
- Von Frühintervention ist die Rede, wenn bei erkannten, aufgetretenen Problemen angesetzt wird, um eine möglichst frühe Intervention einzuleiten, damit eine Verfestigung der Probleme möglichst verhindert werden kann.

Ausrichtung nach Interventionsebene (Verhaltens- und Verhältnisprävention)

- Die verhaltensorientierten Interventionen zielen darauf ab, kognitive und soziale Faktoren sowie persönliche Verhaltensweisen zu beeinflussen. Sie richten sich an konkrete Zielgruppen um deren Einstellung und/oder Verhalten zu verändern.
- Die strukturellen Interventionen (Verhältnisprävention) sind darauf ausgerichtet, die Settings selbst (Sozialraum, Familie, Schule, Quartier etc.) mit ihren sozialen Determinanten (Risiko- und Schutzfaktoren) zu verändern.

Ausrichtung nach Zielgruppe (universelle, selektive und indizierte Prävention)

- Die universelle Prävention richtet sich an die Gesamtpopulation eines Systems (z. B. ganze Schule).
- Die selektive Prävention hingegen richtet sich an konkrete Zielgruppen. Diese weisen noch keine spezifischen Auffälligkeiten auf, haben aber ein erhöhtes Risiko dazu (z. B. Kinder suchtabhängiger Eltern, Jugendliche mit abgebrochener Berufslernlehre, usw.).
- Von indizierter Prävention ist die Rede, wenn sich die Massnahmen (in Form einer Frühintervention) an Jugendliche richten, die bereits Auffälligkeiten zeigen.

¹ Der israelisch-amerikanische Medizinsoziologe Aaron Antonovsky (1923–1994) prägte den Ausdruck in den 1970er Jahren als komplementären Begriff zu Pathogenese.

Gesundheitsförderung und Prävention in der Schule

Gesundheitsförderung und Prävention in der Schule umfasst alle Massnahmen, die geeignet sind, die Gesundheit und das Wohlbefinden der Schülerinnen und Schüler sowie der Lehrpersonen kurz-, mittel- und längerfristig positiv zu beeinflussen.

Daraus ergibt sich ein weites Spektrum an Ansatzpunkten, Zielen und Aktivitäten. Viele davon sind in der Schule so selbstverständlich, dass sie üblicherweise gar nicht als Gesundheitsförderung und Prävention erkannt und bezeichnet werden. Das hat einen grossen Vorteil: Die Schule muss sich nicht neu erfinden, wenn sie Gesundheitsförderung und Prävention machen will. Vielmehr kann sie an bestehenden Zielen und Aktivitäten anknüpfen, diese neu betrachten, bewerten und einordnen und dann ergänzen und weiterentwickeln. Deshalb kann man auch sagen:

Gesundheitsförderung und Prävention ist nicht primär eine neue Aufgabe für die Schule sondern eine neue Perspektive auf die eigene Arbeit.

Um das weite Spektrum an Ansatzpunkten, Zielen und Aktivitäten der Gesundheitsförderung und Prävention deutlich zu machen, werden nachfolgend verschiedene Perspektiven und Ebenen unterschieden. Was sind das alles für Faktoren, die die Gesundheit und das Wohlbefinden der Schülerinnen und Schüler sowie der Lehrpersonen kurz-, mittel- und längerfristig beeinflussen?

Gesundheit lernen

Am nächsten liegt vielleicht die Idee, im Unterricht oder innerhalb von Projektwochen bestimmte Themen zu behandeln, die offensichtlich mit Gesundheit zu tun haben (Ernährung, Bewegung, Rauchen, Gewalt etc.). Aber wie gross ist der tatsächliche Einfluss auf die Gesundheit? Die Zeitressourcen für solche Aktivitäten sind beschränkt, Wissensvermittlung ist nur begrenzt wirksam, und die Sozialisation durch Elternhaus und Peers ist eine kräftige Mitspielerin. Es lohnt sich also, zusätzlich nach weiteren Ansatzpunkten Ausschau zu halten.

Ein solcher Ansatzpunkt sind die **Sozial- und Selbstkompetenzen** – oder **Lebenskompetenzen**, wie sie von der Weltgesundheitsorganisation WHO genannt werden. Gemeint sind damit Selbstwahrnehmung und Empathie, der Umgang mit Gefühlen und mit Stress, kreatives und kritisches Denken, Entscheidungs- und Problemlösefertigkeit sowie Kommunikations- und Beziehungsfähigkeit. Das hat auf den ersten Blick nichts mit Gesundheit zu tun. Aber in der Förderung von Lebenskompetenzen treffen sich verschiedene Ansätze der Prävention. Sei es Gewalt-, Sucht- oder Suizidprävention, sei es die Verhinderung von Schulden, Stress oder Magersucht – immer wird die Förderung von Lebenskompetenzen als Grundlage gesehen, zum Beispiel:

- *Konflikte und Probleme konstruktiv lösen zu können, vermindert etwa das Risiko, Suchtmittel als Ausweich-, Kompensations- und Rückzugsmöglichkeit einzusetzen.*
- *Kommunikations- und Beziehungsfähigkeit ermöglicht, Meinungsverschiedenheiten zu besprechen und Konflikte gewaltfrei zu lösen.*
- *Eine erfüllte Sexualität ist untrennbar mit Selbstbestimmung, der Achtung von Grenzen und mit Einfühlungsvermögen verbunden.*



Dieser Ansatz hat nicht nur Vorteile für die Prävention sondern auch für die Schule: Denn im schulischen Kontext finden sich dazu vielfältige Bezüge, ja vielfach arbeiten Lehrpersonen bereits heute an der Förderung von Lebenskompetenzen, ohne dass sie dabei diesen Begriff verwenden. Sie arbeiten etwa mit Klassenrat, mit Portfolios oder mit Methoden des kooperativen Lernens. Im Klassenrat zum Beispiel trainieren die Schülerinnen und Schüler Kommunikation und Beziehungsgestaltung; beim Verhandeln über Standpunkte machen sie bedeutsame Selbst- und Fremdwahrnehmungen, üben kritisches Denken und gestalten Entscheidungsprozesse. Kommunikation, Gefühle oder Problemlösung sind Stichworte, die sich im Lehrplan finden. Verantwortung, konstruktive Konfliktbewältigung und Toleranz finden sich als Anspruch in so manchem schulischen Leitbild. Lebenskompetenzen treffen sich also mit den Idealen der Schule und bringen ihr darüber hinaus einen

konkreten Nutzen: Sozial- und selbstkompetente Schülerinnen und Schüler können ihr Lernen besser organisieren, zu einem positiven Schulklima beitragen, und es besteht die berechtigte Hoffnung, dass sie auch weniger Disziplinprobleme verursachen.

Gesund lernen

Auch für die Förderung von Lebenskompetenzen lassen sich explizite Lernanlässe organisieren. Aber nicht nur: Schülerinnen und Schüler lernen nicht nur entlang der expliziten Ziele des Unterrichts. Sie lernen ständig beiläufig aufgrund ihrer Erlebnisse. Es wäre fatal, würde dieses Lernen den Zielen des Unterrichts entgegenlaufen. Deshalb ist auch dem beiläufigen Lernen Beachtung zu schenken.

Wodurch wird das Erleben der Schülerinnen und Schüler beeinflusst? Vier Faktoren sind hier ganz zentral:

- **Unterrichtsgestaltung**, zum Beispiel: *Die Differenzierung von Lern- und Leistungsanforderungen ermöglicht allen Schülerinnen und Schülern unabhängig von ihrer Leistungsfähigkeit Erfolgserlebnisse, was den Aufbau eines stabilen Selbstwerts unterstützt. Rhythmisierung, Leistungsanforderungen und die Vermittlung von Lern- und Arbeitstechniken entscheiden mit über das Stresserleben der Schülerinnen und Schüler im Schulalltag.*
- **Beziehungsgestaltung**, zum Beispiel: *Kommunikation kann wert- oder geringschätzend sein, Konflikte können fair oder nach dem Gesetz des Stärkeren entschieden werden. Wertschätzung, Anerkennung und Akzeptanz der eigenen Identität zu erfahren, unterstützt Schülerinnen und Schüler dabei, einen positiven Selbstwert aufzubauen.*
- **Infrastruktur**, zum Beispiel: *Die räumliche Gliederung des Pausenplatzes kann die Beziehungsgestaltung fördern oder erschweren, kann ein friedliches und anregendes Mit- und Nebeneinander oder aber Konflikte begünstigen. Die Einrichtung kann mehr oder weniger geeignet sein, um Lernen selbständig zu gestalten oder in der Pause Dampf abzulassen, sich zu bewegen und sich zu regenerieren.*
- **Organisation**, zum Beispiel: *Regelungen darüber, wo sich die Schülerinnen und Schüler in den Pausen aufhalten dürfen, wirken sich auf die Möglichkeiten aus, Beziehungen zu gestalten oder sich zu regenerieren. Elemente der Rhythmisierung wie zum Beispiel Bewegungspausen können Lärm verursachen und erfordern unter Umständen Absprachen unter den Lehrpersonen. Ein Disziplinkonzept kann in Rechnung stellen, dass exploratives Verhalten dazu verhilft, Entwicklungsaufgaben zu lösen.*

Nutzen einer gesundheitsfördernden Schule

Wie der Name sagt, zielt schulische Gesundheitsförderung auf die Gesundheit der Schülerinnen und Schüler sowie der Lehrpersonen. Aber nicht alles, was die Gesundheit betrifft, ist für die Schule gleichermaßen relevant.

Insbesondere ist zu fragen: Was liegt in der Verantwortung der Eltern, was im Bereich der Schule? Was den Gesundheitszustand und den Lebensstil eines Kindes angeht, liegt die Verantwortung klar bei den Eltern. Im Bereich von Übergewicht oder Ernährungsverhalten zum Beispiel ist der Einfluss der Schule begrenzt. Dies heisst jedoch nicht, dass die Schule in diesem Bereich nicht tätig werden soll. Wichtig ist, dass jede Schule die eigenen Grenzen kennt und die eigenen Aktivitäten mit Bedacht wählt.

Es gibt aber Aufgaben im Bereich der Gesundheitsförderung, welche die Schule nicht an die Eltern delegieren kann, denn Schule hat einen unmittelbaren Einfluss auf die Gesundheit, zum Beispiel im Bereich Schulklima, Gruppendynamik, Lerndruck oder Leistungs- und soziale Angst.

Darüber hinaus gibt es Überschneidungen zwischen der Arbeit der Schule und jener der Eltern, und dazu zählen gerade auch die Themen Ernährung und Bewegung. Wichtig ist hier, dass die Schule die eigenen pädagogischen Zielsetzungen im Blick hat, denn das Ernährungsverhalten der Kinder sowie der Stand der körperlichen Entwicklung haben einen Einfluss auf die Lern- und Leistungsfähigkeit der Kinder. Mit dieser Perspektive können Schulen ein eigenständiges Interesse geltend machen, wenn sie in den Dialog mit Eltern treten. Beim Thema Ernährung würde das dann zum Beispiel bedeuten, nicht oder nicht in erster Linie das Übergewicht anzusprechen, sondern die Auswirkungen, die das Ernährungsverhalten möglicherweise auf die Konzentrationsfähigkeit der Kinder hat. Ein solcher Dialog mit den Eltern ist zwar auch nicht unbedingt einfach, aber er ist einfacher und vor allem ehrlicher, wenn ihn die Schule mit eigenen Interessen begründet als «bloss» mit der Gesundheit des Kindes.

Es gibt also einen **grossen Überschneidungsbereich** zwischen **Anliegen der Gesundheitsförderung** und **pädagogischen Zielsetzungen**. Von einer geplanten schulischen Gesundheitsförderung profitiert deshalb die ganze Schule, zum Beispiel:



- *Schülerinnen und Schüler, auf deren Befindlichkeit Rücksicht genommen wird, gehen lieber zur Schule und sind motivierter fürs Lernen.*
- *Selbstbewusste Schülerinnen und Schüler mit Problemlöse- und Stressbewältigungskompetenzen können den Schulalltag erfolgreicher bewältigen.*
- *Wenn Schülerinnen und Schüler ihre Konflikte selber kompetent lösen können, sind die Lehrpersonen von alltäglichen Reibereien entlastet.*
- *Schülerinnen und Schüler, die ihren Bewegungsdrang ausleben können, können im Unterricht leichter still sitzen.*
- *Schülerinnen und Schüler, die sich ausgewogen ernähren, sind in der Schule leistungsfähiger.*
- *Schülerinnen und Schüler, die in ihrem Leben einen Sinn finden, verursachen weniger Disziplinprobleme.*

Erfolgsfaktoren für die Gesundheitsförderung an Schulen

Das Ziel soll sein, dass bei einem kompetent und anregend gestalteten Schulalltag gesund gelehrt und gelernt wird. Die Lehrpersonen, die Schülerinnen und Schüler erhalten die körperlichen, sozialen und emotionalen Grundlagen, um gute Leistungen zu erbringen. Gesundheitsförderliche Arbeits- und Lernbedingungen sind die Grundlage für alle Lern- und Lehrprozesse. Gesundheit ist ein zentraler Aspekt von Schulqualität und erfordert entsprechende Massnahmen bei der Schulentwicklung.

Gelingende Gesundheitsförderung und Prävention in der Schule:

- hat ein klares Bewusstsein für die Einflüsse der Schule auf die Gesundheit von Kindern, Jugendlichen und Erwachsenen, insbesondere im Bereich der Unterrichts- und Beziehungsgestaltung;
- weiss die Synergien von Gesundheitsförderung und pädagogischen Zielsetzungen zu nutzen;
- baut auf eine reflektierte und differenzierte Vorstellung, was unter Gesundheitsförderung zu verstehen ist und welche Anteile in der Verantwortung der Schule, in der Verantwortung der Eltern bzw. in der gemeinsamen Verantwortung liegen;
- setzt auf eine Mischung aus permanenter Arbeit (z.B. um Selbstvertrauen zu fördern), periodischen Aktivitäten (z.B. Anlässe zur Gemeinschaftsbildung im Schulhaus) und punktuellen Anlässen (z.B. zur Sexualaufklärung);
- berücksichtigt sowohl die körperliche als auch die psychische und soziale Gesundheit;
- stärkt die Ressourcen von allen Kindern und Jugendlichen, weiss aber auch auf Anzeichen von Problemen zu reagieren (Früherkennung) und ist vorbereitet darauf, auf nicht-tolerierbare Verhaltensweisen konsequent zu reagieren (Intervention);
- baut auf kompetente Lehrpersonen, eine gemeinsame Haltung im Kollegium sowie klaren Regeln und Absprachen auf organisatorischer Ebene.

Erarbeitung und Umsetzung von gesamtschulischen Konzepten

Gesundheitsförderung und Prävention beginnt also im Alltag beim Wahrnehmen und Handeln der einzelnen Lehrperson. Sie setzt sich fort in einer sinnvollen Koordination verschiedener Bestrebungen und im Verfolgen gemeinsamer Zielsetzungen in überschaubaren Zeiträumen.

Folgende Punkte sind bei der Erarbeitung und Umsetzung von gesamtschulischen Konzepten zu beachten:

- *Strategien zur Gesundheitsförderung und Prävention sind sorgfältig geplant. Die Aufgaben, Rolle und gemeinsame Haltung der Schule bezüglich Gesundheitsförderung und Prävention wird aufbauend auf vorhandenen Ressourcen gemeinsam mit dem Kollegium definiert, Massnahmen werden im Schulprogramm verankert und gehören damit zur Schulentwicklung.*
- *Auf eine gute Mischung zwischen langfristigen Konzepten, Strategien, Prozessen und konkreten Angeboten im Schulalltag wird geachtet.*
- *Multifaktorielle Interventionen und umfassende Ansätze werden bevorzugt, insbesondere solche, die auch förderliche Faktoren in der Schulumgebung beinhalten.*
- *Die Massnahmen werden nach Grundsätzen des Projektmanagements zielgerichtet und nachhaltig umgesetzt.*

Unterstützung in der Erarbeitung eines gesamtschulischen Konzepts bieten die Beratungsstelle Gesundheitsbildung und Prävention der Pädagogischen Hochschule FHNW, das schweizerische Netzwerk der gesundheitsfördernden Schulen sowie die Suchthilfe-Regionen. Ein Adressverzeichnis befindet sich im Anhang dieses Leitfadens.

Ahrens-Eipper, Sabine u.a. (2002): **Fit und stark fürs Leben**. 5. + 6. Schuljahr. Persönlichkeitsförderung zur Prävention von Aggression, Rauchen und Sucht. Stuttgart: Klett.

Aregger, K. Lattmann U.P. (Hrsg.) (2003). **Gesundheitsfördernde Schule – eine Utopie?** Konzepte, Praxisbeispiele, Perspektiven. Aarau: Sauerländer.

Asshauer, Martin u.a. (1999): **Fit und stark fürs Leben**. 3. + 4. Schuljahr. Persönlichkeitsförderung zur Prävention von Aggression, Stress und Sucht. Stuttgart: Klett.

Bundesamt für Gesundheit (2006). **Prävention bei gefährdeten Jugendlichen**. Bern: Bundesamt für Gesundheit.

Burow, Fritz u.a.(1998): **Fit und stark fürs Leben**. 1.+ 2. Schuljahr. Persönlichkeitsförderung zur Prävention von Aggression, Rauchen und Sucht. Stuttgart: Klett.

Fabian, Carlo und Caroline Müller (2010). **Früherkennung und Frühintervention in Schulen**. Bern: Radix.

Carvajal, M. Pürro, S.; Seger, S.; Bolliger, G. (2008). **Schulen gesundheitsfördernd gestalten!** Handbuch des Netzwerks Gesundheitsfördernder Schulen der Stadt Bern. Bern: Gesundheitsdienst der Stadt Bern, Schulamt der Stadt Bern.

Fachverband Sucht (2008). **«Jugendliche richtig anpacken-Früherkennung und Frühintervention bei gefährdeten Jugendlichen»**. Zürich: Fachverband Sucht.

Hochschule Luzern (2011). **Früherkennung und Frühintervention bei Jugendlichen**. Rechtsgrundlagen für Schulen und Gemeinden. Überblick über Rechtsfragen im Verhältnis zwischen Kindern, Eltern, Schule und verschiedenen Behörden. Luzern: Hochschule Luzern- Soziale Arbeit.

Högger, Dominique (2013): **Körper und Lernen. Mit Bewegung, Körperwahrnehmung und Raumorientierung das Lernen unterstützen**. Bern: Schulverlag.

Hurrelmann, K.; Klotz, T.; Haisch, J. (2010). **Lehrbuch Prävention und Gesundheitsförderung**. Bern: Huber Verlag.

Hurschler, Karl & Odermatt, Albert (2007): **Schritte ins Leben: Persönlichkeitsbildung für Jugendliche**. Zug: Klett und Balmer.

Kolip, P.; Ackermann, G.; Ruckstuhl, B.; Studer, H. (2012). **Gesundheitsförderung mit System: Quintessenz – Qualitätsentwicklung in Projekten der Gesundheitsförderung und Prävention**. Bern: Huber Verlag.

Juul, Jesper & Jensen, Helle (2012): **Vom Gehorsam zur Verantwortung. Für eine neue Erziehungskultur**. Weinheim: Beltz (4. Auflage).

Mayer, Heidrun (2007): **Papilio. Ein Programm für Kindergärten zur Primärprävention von Verhaltensproblemen und zur Förderung sozial-emotionaler Kompetenz**. Ein Beitrag zur Sucht und Gewaltprävention. Augsburg: Beta.

Rosenbrock, R. und Hartung, S. (2012). **Partizipation und Gesundheit**. Bern: Huber Verlag.

Wettstein, F. et al. (1996). **Gesundheitsförderung in der Schule**. Materialien für den Unterricht. Buchs: Lehrmittelverlag des Kantons Aargau



Adressverzeichnis

Amt für soziale Sicherheit

Fachstelle Prävention

Ambassadorshof, 4509 Solothurn

Telefon +41 32 627 23 11

Telefax +41 32 627 22 21

aso@ddi.so.ch

www.so.ch

Koordinationsstelle für die Prävention mit Schwerpunkt in den Bereichen Sucht, Gewalt, Schulden und Medien.

Gesundheitsamt

Gesundheitsförderung und Prävention

Ambassadorshof, 4509 Solothurn

Telefon +41 32 627 22 80

Telefax +41 32 627 93 50

gesundheitsamt@ddi.so.ch

www.praevention.so.ch

Koordinationsstelle für die Gesundheitsförderung mit den Schwerpunkten Ernährung, Bewegung und psychische Gesundheit.

Volksschulamt

St. Urbangasse 73, 4509 Solothurn

Telefon +41 32 627 29 37

Telefax +41 32 627 28 66

vsa@dbk.so.ch

www.vsa.so.ch

Das Volksschulamt ist Bindeglied zwischen den Einwohnergemeinden und dem Kanton, ihm obliegt die Qualitätssicherung der Volksschule mit Kindergarten, Primarschule, Sekundarstufe I. Es unterstützt die Schulen im Schulbetrieb.

Kantonale Sportfachstelle

Rötistrasse 4, 4501 Solothurn

Telefon +41 32 627 84 44

Telefax +41 32 627 84 45

jugend.sport@dbk.so.ch

www.kssts.ch (Schulsport)

Koordinationsstelle für den Schulsportbereich, Jugend + Sport, bewegte Schule sowie das Label «so.fit» für besonders bewegungsfreundliche Schulen.

Polizei Kanton Solothurn

Jugendpolizei, Präventionsstelle

Werkhofstrasse 33, 4503 Solothurn

Telefon +41 32 627 71 09

Telefax +41 32 627 93 50

jupo@kapo.so.ch

www.polizei.so.ch

Zuständig für das Ermittlungsverfahren gegen fehlbare Jugendliche; Präventionsarbeit im Bereich Gewalt, Drogen, Internet und Handy; Anlaufstelle bei Fragen zu Jugenddelinquenz; Patrouillen an von Jugendlichen frequentierten Orten.

Fachhochschule Nordwestschweiz

Pädagogische Hochschule

Institut Weiterbildung und Beratung

Beratungsstelle Gesundheitsbildung und Prävention

Küttigerstrasse 42, 5000 Aarau

Telefon +41 56 202 72 22

wb.gesundheitsbildung.ph@fhnw.ch

www.fhnw.ch/ph/iwb/beratung/gesundheit/

Anlaufstelle zu allen Themen und Arbeitsfeldern der schulischen Gesundheitsförderung und Prävention; bietet Beratung und Projektbegleitung bei der Gestaltung von Unterricht, Schulhauskultur, Projekten, Veranstaltungen, Schulinterner Weiterbildung und weiteren Vorhaben der schulischen Gesundheitsförderung.

Suchthilfe Ost GmbH

Aarburgerstrasse 63, 4600 Olten
 Telefon +41 800 06 15 35
 Telefax +41 62 206 15 20
 sho@suchthilfe-ost.ch
 www.suchthilfe-ost.ch

Angebote der Gesundheitsförderung und Prävention mit dem Schwerpunkt Suchtprävention; Unterstützung in der Erarbeitung gesamtschulischer Konzepte; Zuständig für die Bezirke Olten, Gösigen, Gäu, Thal, Dorneck und Thierstein.

Perspektive Region Solothurn-Grenchen

Weissensteinstrasse 33
 Postfach 1353, 4502 Solothurn
 Telefon +41 32 626 56 56
 Telefax +41 32 626 56 59
 administration@perspektive-so.ch;
 www.perspektive-so.ch

Angebote der Gesundheitsförderung und Prävention mit dem Schwerpunkt Suchtprävention; Unterstützung in der Erarbeitung gesamtschulischer Konzepte; Zuständig für die Bezirke Solothurn, Leberberg, Bucheggberg und Wasseramt.

Fachstelle Kinderschutz Kanton Solothurn

Von Roll-Strasse 29, 4702 Oensingen
 Telefon +41 62 396 45 45
 Telefax +41 62 396 45 50
 info@kinderschutz-so.ch
 www.kinderschutz-so.ch

Kompetenzzentrum, schwergewichtig in Fragen bezüglich aller Formen von Kindsmisshandlungen. Auftrag zur Verhaltens- und Verhältnisprävention im Bereich des Kinderschutzes.

**Übersicht Angebote Kanton Solothurn**

www.praevention.so.ch

Weitere Quellen und Beispiele im Internet**Ämter**

www.aso.so.ch
www.fit.so.ch
www.vsa.so.ch
www.sport.so.ch
www.polizei.so.ch

Fach- und Beratungsstellen

www.fhnw.ch/ph/iwb/beratung/gesundheit
www.suchthilfe-ost.ch
www.perspektive-so.ch

Netzwerke Gesundheitsfördernder Schulen

www.gesunde-schulen.ch
www.gesundeschule-ag.ch
www.bildungundgesundheit.ch

Arbeitsunterlagen

www.quint-essenz.ch
www.schulen-entwickeln.de

Fazit der Situationsanalyse und Bedarfserhebung

Das folgende Fazit basiert auf dem Schlussbericht Situationsanalyse und Bedarfserhebung zu Gesundheitsförderung, Prävention sowie Früherkennung und Frühintervention an den Solothurner Schulen (Carlo Fabian, Mai 2012). Das Fazit der Situationsanalyse und Bedarfserhebung bildet die Grundlage für den vorliegenden Leitfaden.

Strukturell-organisatorisch

Eine gute Planung der Gesundheitsförderungs- und Präventionsaktivitäten entscheidet über den Erfolg.

- **Ebene Schule:** Die Aufgabe, Rolle und gemeinsame Haltung der Schule bezüglich Gesundheitsförderung und Prävention ist im Kollegium klar.
- **Bedarfsabklärung:** Die schulhauspezifischen Bedürfnisse und Problemwahrnehmungen der unterschiedlichen Beteiligten (Lehrpersonen, Schulleitung, Schülerschaft, Eltern, Schulsozialarbeitende, Fachstellen) sind aufeinander abgestimmt und werden in die Planung des Gesundheitsförderungs- und Präventionsangebots einbezogen.
- **Ebene Massnahmen:** folgende Fragen stellen sich:
 - Mit welcher Dauer/zeitlichen Belastung (permanent, periodisch, punktuell) ist zu rechnen?
 - Was ist ausschliessliche Aufgabe der Schule, der Eltern oder muss gemeinsam getragen werden?
 - Welche Kooperationsformen zwischen Schule und Eltern und allenfalls Fachstellen sind möglich und gewinnbringend?
 - Was gehört in den Unterricht, was ist Haltungssache, Beziehungsgestaltung etc.?

Informationen zu den Gesundheitsförderungs- und Präventionsangeboten müssen zugänglich sein.

- Es braucht eine **Informations- und Austauschplattform**, auf der bestehende und geplante Angebote detailliert dokumentiert sind.

- Der **Aufbau eines Kantonalen Netzwerks Gesundheitsfördernder Schulen** ist in Ergänzung zu bereits bestehenden Netzwerken zu prüfen, um die Koordination und den Austausch der Schulen zu fördern.

Zusammenarbeiten sind aktiv anzustreben und zu gestalten.

- **Schule-Fachstellen:** Mit den Fachstellen sind die möglichen Zusammenarbeitsformen, die Abläufe und die Kommunikationswege geklärt.
- **Schule-Eltern:** Die gute Zusammenarbeit mit den Eltern ist essentiell, besonders auch im Rahmen von Präventionsangeboten, bei manifesten Problematiken und Belastungen, im Rahmen von Früherkennung und Frühintervention sowie bei beanspruchten Beratungen und Hilfestellungen.
- **Sozialraumorientierung:** Kinder und Jugendliche bewegen sich in weiteren Lebenswelten (Familie, Freizeitstrukturen, öffentlicher Raum). Diese gilt es in die Planung von Gesundheitsförderung und Prävention einzubeziehen und Zusammenarbeiten anzustreben, um Ergänzungen zu schaffen und Synergien zu nutzen.

Die Früherkennung und Frühintervention ist zu fördern.

- Früherkennung und Frühintervention ist ein längerdauernder **Prozess** und betrifft alle Beteiligten im System Schule.
- Der Zugang zu Angeboten der Früherkennung und Frühintervention ist zu fördern.

Um sich für Gesundheitsförderung und Prävention zu engagieren, brauchen Schulen die nötige Unterstützung.

- Schulen benötigen die **zeitlichen Ressourcen** und den **fachlichen Support** zur Umsetzung von Gesundheitsförderung und Prävention.
- **Beziehungsgestaltung und -pflege** mit den Schülerinnen und Schülern braucht Zeit. Dem ist an der Schule Rechnung zu tragen.
- Die Befragten haben die Einschätzung, dass die **Schulsozialarbeit** Schulen eine effiziente und gute Unterstützung in der Gesundheitsförderung, Prävention sowie Früherkennung und Frühintervention bietet.

Thematisch und adressatenspezifisch

Eltern und Lehrpersonen sind in Gesundheitsförderungs- und Präventionsangebote einzubeziehen.

- Von Anbietern sind Angebote für Eltern und Lehrpersonen zu entwickeln und zugänglich zu machen. Auch ist zu prüfen, ob Angebote von Kindern/Jugendlichen und Erwachsenen (Eltern/Lehrpersonen) gemeinsam genutzt werden könnten.
- Eine niederschwellige und kostenlose Erziehungsberatung für Eltern von vorschulpflichtigen Kindern könnte zusätzlich unterstützen.

Eltern mit Migrationshintergrund sollen Unterstützung bei Unsicherheiten erhalten.

- Eltern von Kindern mit Migrationshintergrund erhalten bei Fragen und Unsicherheiten betreffend Sprache, Kultur, Normen, Verhaltensweisen etc. die nötige Unterstützung.

Konzentrationschwierigkeiten: Ursachen kennen – Handlungsoptionen erarbeiten.

- In den Schulen wird vorhandenes Wissen genutzt und ausgebaut. Abläufe sind definiert, um Konzentrationschwierigkeiten zu erkennen und adäquate Lösungen anzubieten.

Neue Medien

- Bestehende, erfolgreiche Präventionsangebote (z. B. Netcity) sollen gefestigt und allenfalls ausgebaut werden. Neue Angebote werden bei Eignung bekannt gemacht und in bestehende Strukturen und Prozesse integriert.
- An den Schulen können thematische Elternabende zum Umgang mit neuen Medien angeboten werden.

Um einen guten und gemeinsam getragenen Umgang mit neuen Medien zu ermöglichen, sind Angebote für Kinder und Jugendliche sowie Erwachsene (Eltern und allenfalls Lehrpersonen) zu prüfen.



Amt für soziale Sicherheit

*Ambassadorshof
4509 Solothurn
Telefon 032 627 23 11
Telefax 032 627 76 81
aso@ddi.so.ch
www.aso.so.ch*