

Auf dem Weg zur Gesunden Schule

Ein Handbuch für die Praxis

Materialien 183

Die Reihe »Materialien« wird vom Thüringer Institut für Lehrerfortbildung, Lehrplanentwicklung und Medien im Auftrag Inhaltsverzeichnis des Ministeriums für Bildung, Wissenschaft und Kultur verlegt, sie stellt jedoch keine verbindliche, amtliche Verlautbarung des Ministeriums dar. Die verwendeten Personenbezeichnungen beziehen sich auf Personen beiderlei Geschlechts. Dem Freistaat Thüringen, vertreten durch das Thüringer Institut für Lehrerfortbildung, Lehrplanentwicklung und Medien, sind alle Rechte der Veröffentlichung, Verbreitung, Übersetzung und auch die Einspeicherung und Ausgabe in Datenbanken vorbehalten. Die Herstellung von Kopien und Auszügen zur Verwendung an Thüringer Bildungseinrichtungen, insbesondere für Unterrichtszwecke, ist gestattet.

Diese Veröffentlichung stellt keine Meinungsäußerung des Thüringer Instituts für Lehrerfortbildung, Lehrplanentwicklung und Medien dar.

Für die inhaltlichen Aussagen tragen die Autoren die Verantwortung.

Bad Berka 2014

1. Auflage

© Thüringer Institut für Lehrerfortbildung,
Lehrplanentwicklung und Medien (Thillm)
Heinrich-Heine-Allee 2–4, 99438 Bad Berka
E-Mail: institut@thillm.de
URL: www.thillm.de

Autoren:

Marion Dörfler

Sportlehrerin, seit 1991 Mitarbeiterin im Thüringer Ministerium für Bildung, Wissenschaft und Kultur, seit 2006 im Bereich der Gesundheitsförderung für Schulen tätig

Sigrun Fritz

Dipl.-Psych., Dr. rer. nat., seit 1996 als Beraterin, Trainerin, Coach mit Schwerpunkten Gesundheitsförderung, Personalentwicklung, Evaluation tätig, Inhaberin der Firma meer-wert

Ulrike Galander

Dipl.-Lehrerin, Dr. phil. seit 1994 freiberuflich als Beraterin, Supervisorin (DGSv) und Coach tätig. Schwerpunkte: Führungskräfte- und -beratung, Konfliktmanagement, Prozessbegleitung

Lars Oertel

M.A., seit 2007 wissenschaftlicher Mitarbeiter an der Professur Schulpädagogik: Schulforschung, Forschungsschwerpunkte: Gewalt an Schulen, Gesundheitsverhalten von Schülern und Sozialisationsforschung, seit 2013 wissenschaftlicher Mitarbeiter im DFG-Forschungsprojekt: Lehrerhandeln bei Gewalt und Mobbing

Brit Oppat

Dipl. Sportlehrerin, Sporttherapeutin, seit 1991 Gesundheitsförderung AOK: Fachberaterin für Betriebliche Gesundheitsförderung, Fachberaterin Nichtbetriebliche Lebenswelten im Fachbereich Strategische Gesundheitsförderung AOK PLUS

Redaktion

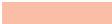
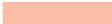
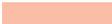
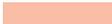
Thüringer Ministerium für Bildung, Wissenschaft und Kultur
AOK PLUS – Die Gesundheitskasse für Sachsen und Thüringen
Thüringer Institut für Lehrerfortbildung

Gesamtherstellung:

Gutenberg Druckerei GmbH Weimar
Marienstraße 14 · 99423 Weimar
E-Mail: info@gutenberg-weimar.de
URL: www.gutenberg-weimar.de
Foto: iStockphoto.com/Yuri_Arcurs

Die Publikation wird gegen eine Schutzgebühr von 4 Euro abgegeben

Inhaltsverzeichnis

| | | | |
|---|--------------------------------|----|---|
|  | Vorwort | 4 |  |
|  | Das Pilotprojekt | 6 |  |
|  | Erkundungstour ins Land Eluhcs | 10 |  |
|  | Die Gesunde Schule | 12 |  |
|  | Erfolg braucht Struktur | 14 |  |
|  | Erfolg braucht Ziele | 18 |  |
|  | Erfolg braucht Zeit | 20 |  |
|  | Analyse vor Maßnahme | 22 |  |
|  | Betroffene zu Beteiligten | 28 |  |
|  | Vielfalt Intervention | 39 |  |
|  | Begleiten | 44 |  |
|  | Messen | 57 |  |
|  | Empfehlungen | 65 |  |
|  | Danksagung | 68 |  |

Das Kooperationsprojekt „Gesunde Lebenswelt Schule – das PLUS für alle“ wurde von 2009 bis 2013 vom Thüringer Ministerium für Bildung, Wissenschaft und Kultur, der AOK PLUS – Die Gesundheitskasse für Sachsen und Thüringen und der Technischen Universität Dresden, Forschungsgruppe Schulevaluation, initiiert und gelenkt.

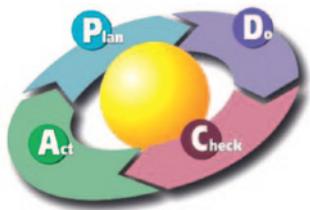
Das vorliegende Praxishandbuch beschreibt die Erfahrungen aus diesem Pilotprojekt im Land Thüringen. Mit der Weitergabe dieser Erfahrungen und Hinweise zur Gestaltung einer gesunden Lebenswelt Schule möchten die Projektpartner vielen Schulen sowie ihren Unterstützungspartnern die Möglichkeit geben, die gewonnenen Erfahrungswerte zu nutzen, und sie motivieren, ihre Lebenswelt Schule erfolgreich zu gestalten.

Das vorliegende Buch trägt Erfolgskriterien und mögliche Stolpersteine zusammen, stellt Instrumente zur Verfügung und leitet methodische Empfehlungen für schulische Veränderungsprozesse ab. Wissen vermehrt sich, wenn man es teilt. (Nach Marie Freifrau von Ebner-Eschenbach)

Die Projektpartner beschreiben ihre Erfahrungen zum Beginn, zur Steuerung und zu Analyseformen in einem solchen Prozess. Für ein strukturiertes Vorgehen im Prozess ist der sogenannte „PDCA-Zyklus“ hilfreich.

Sie finden unsere Praxisanregungen und Empfehlungen nach dem „PDCA-Zyklus“ mit entsprechenden Farbcodes  auf den jeweiligen Seiten markiert.

Besonderes Augenmerk möchten wir auf die Projektprinzipien Partizipation und Empowerment legen. Auf eine umfangreiche Darstellung der vielfältigen Interventionen verzichten wir in dieser Veröffentlichung. Dazu empfehlen



PDCA-Zyklus nach Bulsuk (2009)

wir dem Leser die große Anzahl an Austauschplattformen, von denen wir exemplarisch nur www.chancengleichheit.de und www.regionen-mit-peb.de nennen wollen.

Alle dargestellten Methoden wurden im Pilotprojekt auf Praxistauglichkeit getestet und die Ergebnisse wurden evaluiert.

Die entsprechenden Erfahrungen aus unserem Projekt sind mit folgendem Symbol gekennzeichnet:



Unsere Methodenempfehlung finden Sie über das folgende Symbol:



Wir hoffen, dass wir mit der Weitergabe der Erfahrungen der Pilotschulen vielen weiteren Schulen Anregungen geben, sich intensiv mit dem Thema Gesundheit auseinanderzusetzen, Schulentwicklungsprozesse zu optimieren und unter Beteiligung aller Partner ihre Lebenswelt Schule gesund und damit erfolgreich zu gestalten.

Ministerium für
Bildung, Wissenschaft
und Kultur Thüringen

AOK PLUS –
Die Gesundheitskasse für
Sachsen und Thüringen

Das Pilotprojekt

Das Kooperationsprojekt „Gesunde Lebenswelt Schule – das PLUS für alle“ wurde von 2009 bis 2013 von den Projektpartnern Thüringer Ministerium für Bildung, Wissenschaft und Kultur (TMBWK), der AOK PLUS – Die Gesundheitskasse für Sachsen und Thüringen sowie der Technischen Universität Dresden (TU Dresden), Fakultät Erziehungswissenschaften, auf Grundlage ihres jeweiligen Wissens- und Erfahrungshintergrundes konzipiert, gesteuert und umgesetzt.

Das TMBWK ist die oberste Dienstbehörde für Pädagogen an staatlichen Schulen, die Mitarbeiter der Schulaufsichtsbehörden sowie des Thüringer Instituts für Lehrerfortbildung, Lehrplanentwicklung und Medien (ThILLM). Das TMBWK ist also nicht nur für die Inhalte von Bildung und Erziehung verantwortlich, sondern auch für alle Angebote des Unterstützungssystems für Thüringer Schulen.

Die AOK PLUS besitzt als Gesundheitskasse langjährige Erfahrungen in der Gestaltung gesunder Lebenswelten. Ausgehend von der Arbeitswelt wurden die Erfahrungen auf die davor liegenden Lebensphasen in Lehre und Studium, Schule, Kita und Familie übertragen und neue Unterstützungsstrategien entwickelt.

In zahlreichen Projekten engagiert sich die AOK PLUS für ein gesundes Lebensumfeld

und eine gesundheitsförderliche Entwicklung von Kindern und Jugendlichen. Eine Vielzahl speziell ausgebildeter AOK-Fachberater begleiten solche Prozesse in allen Regionen in Sachsen und Thüringen.

Die Fakultät Erziehungswissenschaften der TU Dresden ist eine sehr forschungsintensive Einrichtung mit starker internationaler Ausrichtung. Gemeinsam mit drei anderen Forscherteams hat die Forschungsgruppe Schulevaluation der TU den deutschen Teil der internationalen Studien „Health Behaviour in School-aged Children“ (HBSC) durchgeführt und fachlich begleitet.

Die Zusammenführung von Wissen, Erfahrungen, Kompetenzen und Ressourcen dieser drei Projektpartner war ausschlaggebend für eine erfolgreiche Umsetzung des Pilotprojekts. Gewährleistet wurde diese Zusammenführung über die zentrale Steuergruppe, in welcher alle Partner vertreten waren.

Nach Abstimmungen zu Zielen, Aufbau und Struktur des Projektes wurde 2009 eine entsprechende Rahmenvereinbarung unterzeichnet. Das gemeinsame Steuergremium der beteiligten Partner koordinierte alle Aktivitäten der Projektarbeit und erarbeitete Vorschläge und Empfehlungen.

Für das Gesamtprojekt wurden durch die Projektpartner gemeinsam folgende Ziele fixiert:

Ziel 1: Nachhaltigkeit für das Thüringer Schulsystem

Die Erfahrungen der Pilotprojekte werden so in das Thüringer Unterstützungssystem eingebunden, dass eine positive Wirkung auf viele Schulen in Thüringen erfolgt.

Ziel 2: Spezifik des Settings Schule

Der Prozess des Gesundheitsmanagements wird für die spezifische Umsetzung im schulischen Setting erprobt und die Ergebnisse evaluiert. Die Erfahrungswerte, Methoden sowie Evaluationsergebnisse werden veröffentlicht und anderen Schulen zu Verfügung gestellt.

Ziel 3: Spezifische Ziele an den Pilotschulen

Wir unterstützen die Schulen bei der gesundheitsförderlichen Gestaltung ihres Schulentwicklungsprozesses, um nachhaltig für alle Beteiligten in der Schule ein gesundes Lebensumfeld zu gestalten und somit Rahmenbedingungen für eine hohe Qualität bei der Erfüllung des Bildungs- und Erziehungsauftrages zu erreichen. Gesundheitsförderung unterstützt Schule und bildet eine Basis für ein gesundes Lernumfeld, positives Schulklima und eine höhere Schulfreude für Pädagogen und Schüler.



Projektverlauf:

- Im Jahr 2010 wurde die HBSC-Studie für das Land Thüringen adaptiert. An 53 Schulen in Thüringen wurden über 4.900 Schülerinnen und Schüler der Klassenstufen 5, 7 und 9 zu den Themen Gesundheit, Lehren und Lernen, Schulklima und Zufriedenheit der Schüler befragt.
- Im Oktober 2010 erfolgte die Auswertung der Ergebnisse der HBSC-Landesstudie mit den beteiligten Schulen.
- Auf Grundlage der schulspezifischen Daten wurde den Schulen der Weg zu einem konkreten Unterstützungsangebot zur Schulentwicklung mit dem Schwerpunkt „Schulische Gesundheitsförderung“ für Schüler und Pädagogen unterbreitet.
- 16 Schulen haben sich mit Unterstützung von 14 Beratern für Gesundheitsförderung der AOK PLUS auf den Weg begeben. Die Pilotschulen haben auf der Basis ihres individuellen Schulprofils in drei Projektjahren vielfältige Maßnahmen gestaltet. Damit sollten nachhaltig für alle Beteiligten in der Schule ein gesundes Lebensumfeld geschaffen werden und somit Rahmenbedingungen für eine hohe Qualität bei der Erfüllung des Bildungs- und Erziehungsauftrages erreicht werden. Die Projekte an den Schulen wurden durch Steuerkreise geleitet, in welchen Schulleitung, Pädagogen und Schüler (teilweise auch Eltern) sich gemeinsam den anstehenden Themen gestellt haben.

Den umfangreichen Abschlussbericht mit konkreteren Ausführungen zum Projektverlauf sowie zu den Evaluationsergebnissen können Sie auf den Internetseiten der AOK PLUS sowie des TMBWK einsehen.

Ein wesentlicher Erfolgsfaktor für schulische Projekte ist die Unterstützung auf oberster Landesebene im Bereich Bildung und Erziehung. Dafür bedarf es entsprechender Ansprechpartner sowie geeigneter Ressourcen.

Bei der Gestaltung und Weiterentwicklung von Schule ist der oberste Dienstherr von entscheidender Bedeutung. Nur er kann Ressourcen für Personal-Bedingungen-Organisation bereitstellen. Schulen benötigen für die Gestaltung erfolgreicher Prozesse einen geringen finanziellen Spielraum, aber im Wesentlichen zeitliche Ressourcen zur Unterstützung.

Landesweite Pilotprojekte sollten zentral gesteuert werden. Vertreter aller Entscheidungsträger und an der Umsetzung beteiligte Institutionen (Ministerium, Spezialisten der Krankenkasse sowie Vertreter aus der Wissenschaft) sind von großem Vorteil. Wir empfehlen ebenso die Beteiligung von Praxisvertretern (Schulleiter, Projektleiter einer Schule) sowie Beteiligte aus den schulischen Unterstützungssystemen (Schulämter) und der Lehrerfortbildung.

Der zentrale Steuerkreis muss zu Beginn Kompetenzen, Gestaltungsrahmen und Finanzen klar regeln. Er stellt abrechenbare Ziele auf, fixiert Evaluationsfragen und Nachhaltigkeitsziele von Beginn an.

Ein Mitglied sollte als Projektleiter die Verantwortung für die Organisation des Steuerkreises sowie des Gesamtprojekts ausüben.

Ein systemisches Grundverständnis für Gesundheitsförderung aller am Steuerkreis Beteiligter sowie das kontinuierliche Arbeiten eines festen Teilnehmerkreises im Projektzeitraum sind zielführend.

Besonderheiten im Setting (Lebenswelt) Schule

„ELUHCS“ entspricht dem Wort „SCHULE“, nur von hinten gelesen. Dieses Palindrom symbolisiert den neugierigen Blick auf scheinbar Bekanntes. Die Betrachtung der Pädagogen und Akteure im Land ELUHCS durch die externen AOK-Prozessberater des Pilotprojekts „Gesunde Lebenswelt Schule“ basiert auf einem hohen Maß an Wertschätzung und Achtung für die tägliche Arbeit der ELUHCS-Bewohner.

Facettenreich

Jeder Mensch war einmal Bewohner des Landes ELUHCS. Viele meinen daher zu wissen, wie man das Land erfolgreich macht. Einheitsrezepte werden gerne angeboten. ELUHCS ist aber individuell, speziell und einzigartig. Diese ELUHCS-Kultur muss von externen Beratern wahrgenommen und respektiert werden. Es besteht Offenheit und Bedarf nach guter, wertfreier Kommunikation.

Strukturreich

ELUHCS ist hinsichtlich seiner Aufgabenteilung, Korrektheit und Organisiertheit klar strukturiert. Die Bereiche und Verantwortungen sind klar abgegrenzt, mit entscheidendem Gewicht der ELUHCS-Leitungen. Dieses geschlossene System fordert im Beratungsprozess klare Regeln und Verantwortlichkeiten.

Solistenreich

Durch die klare Aufgabenteilung findet der Berater im Land ELUHCS viele Solisten mit Spezialkenntnissen. Die Kraft des Landes – die Verbindung dieser Solisten und die Initiierung deren gegenseitiger Unterstützung sind ein Erfolgsgarant für Veränderungen.

Erfahrungsreich

ELUHCS wird von vielen Seiten mit Anregungen, Empfehlungen und Anforderungen bedacht. In Erwartung von Offenheit und Respekt wird Unterstützung und wertfreie Beratung dankbar angenommen. Offene Ohren haben die Bewohner durchaus für Empfehlungen zur „Selbsthilfe“, wie z.B. Angebote für Supervision und kollegiale Fallberatung. Basis dafür ist das Informieren über vorherige Aktivitäten und deren Ergebnisse sowie der Beratergrundsatz: **Betroffene zu Beteiligten** machen. Alle Bewohner des Landes ELUHCS besitzen wertvolle Erfahrungen! Die Vertreter aller Bewohnergruppen zu beteiligen ist ein weiterer Erfolgsgarant.

Aufgabenreich

ELUHCS soll vielfältige Aufgaben erfüllen. Auf Grund dieser Vielfalt sind zeitnahe Reaktionen und sichtbare Ergebnisse erwünscht. Es wird von Anfang an deutlich, dass ELUHCS-Kultur (als pädagogische und verwaltungsgesteuerte) und Projektkultur (als Prozessbegleitung) eines beständigen Aushandlungsprozesses bedürfen.

Lehrreich

Nach einer erst abwartenden Haltung empfangen die Bewohner des Landes ELUHCS Berater sehr offen. Sie haben eine hohe Erwartungshaltung an Beratungsleistung und Prozessarbeit, an Fachwissen und Energie sowie an ganzheitlicher Beratungsweise. Der Nutzen von Moderation überrascht angenehm. Schnell nehmen die ELUHCS Einwohner Methoden und Techniken als nutzbringend an und setzen diese eigenständig in ihrem Land ein.

Schmerzensreich

Der Umgang mit schwierigen Rahmenbedingungen als Selbstverständlichkeit, die teilweise relativ starren Haltungen gegenüber Veränderungen und auch Ängste basieren auf den Erfahrungswerten der Bewohner von ELUHCS. Im Prozess machten sie Druck, um schnell Ergebnisse vorweisen zu können.

Chancenreich

Ein Berater, welcher wertschätzend und offen das Land ELUHCS betritt und dessen Bewohnern mit Akzeptanz, Klarheit und offener Kommunikation begegnet, wird von diesen dankbar aufgenommen. Die Kreativität, der Ideenreichtum und die Gestaltungsenergie der Einwohner von ELUHCS werden den Berater, wie auch uns, begeistern.

Das Kindes-, vor allem aber das Jugendalter ist von vielen Veränderungen gekennzeichnet und die Betroffenen müssen dabei eine Vielzahl von Entwicklungsaufgaben meistern. So werden soziale Normen gelernt und gefestigt, man lernt mit dem sich verändernden Körper umzugehen. Es geschieht eine zunehmende Ablösung vom Elternhaus. Man lernt mehr und mehr, auf den eigenen Beinen zu stehen und baut Freundschaften oder auch Partnerschaften auf. Prägend für diesen Zeitraum ist für alle in Deutschland nicht zuletzt der Besuch der Schule, die weit mehr Aufgaben zu erfüllen hat als „nur“ die der fachlichen Qualifikation.

Doch um ihren vielfältigen Aufgaben gerecht zu werden, sollte „die Schule“ allen in ihr tätigen und teilhabenden Menschen ein Umfeld bieten, welches ihnen das auch, so gut es geht, ermöglicht. In der Forschung hat sich als ein Dreh- und Angelpunkt die Schulzufriedenheit herausgestellt. Sie wird einerseits maßgeblich von schulischen Lern- und Umfeldbedingungen (z.B. der Unterrichtsgestaltung oder der Schulkultur) bestimmt, andererseits ist sie eine wichtige Voraussetzung für eine gesunde Entwicklung der Schüler und die Vorbeugung gesundheitlicher Beschwerden. Andere Bereiche des sozialen Umfeldes der Kinder und Jugendlichen dürfen ebenfalls nicht außer Acht gelassen werden, dazu

gehören das Elternhaus oder auch die Peer-group.

Es gilt demnach, die Schule auch zu einem Ort zu machen, der den Beteiligten möglichst viele Ressourcen zur Verfügung stellt, gesund zu leben und eine gesunde Lebensweise zu befördern und damit die sich ergebenden Anforderungen des Schulalltags besser meistern zu können. Es ist wichtig, Optimierungsmöglichkeiten im Kleinen (also auch bei den Einzelnen) wie im Großen zu kennen bzw. ausfindig zu machen.

Dazu können Sie unser „Schulprofil“ sehr gut nutzen. In Anlehnung an das Konzept der „guten gesunden Schule“ von Paulus (2003) werden die Handlungsfelder „Lehren und Lernen“, „Schulklima und Schulkultur“, „Zufriedenheit“ und „Bildungs- und Erziehungsauftrag“ aus der Schülerperspektive erhoben, ausgewertet und zurückgemeldet. Das Bild wird durch die Lehrerperspektive, also Erfassung des Handlungsfeldes „Führung und Management“, vervollständigt.

Für eine gelingende Umsetzung oder besser gesagt, für eine dauerhafte Integration in die Schulkultur sollten die folgenden Punkte leitend sein:

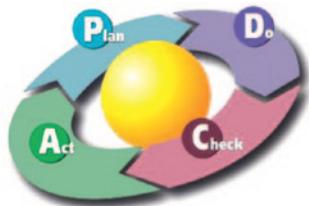
- **Bedarfsorientierung:** Die speziellen Bedürfnisse müssen individuell ermittelt

und adressatengerecht ausgewertet werden. Erst dadurch lassen sich fundierte Entscheidungen über das weitere Vorgehen treffen.

- **Selbstbestimmung:** Jede Schule entscheidet selbst, auf welchen Feldern der Gesundheitsförderung und der Schulentwicklung sie aktiv wird.
- **Partizipation:** Alle Beteiligten müssen aktiv in den Prozess einbezogen werden. Nur „mitmachen lassen“ funktioniert nicht und verhindert.
- **Nachhaltigkeit:** Gesundheitsförderung muss zum „Kerngeschäft“ der Schule und somit zum zentralen Punkt der Schulentwicklung werden. Stetige Evaluation eröffnet Wege, den richtigen Kurs zu finden bzw. zu halten, um auf lange Sicht erfolgreich zu werden bzw. zu bleiben.

Erfolg braucht Struktur

Dem Projekt durch den PDCA-Zyklus Struktur geben



PDCA-Zyklus nach Bulsuk (2009)

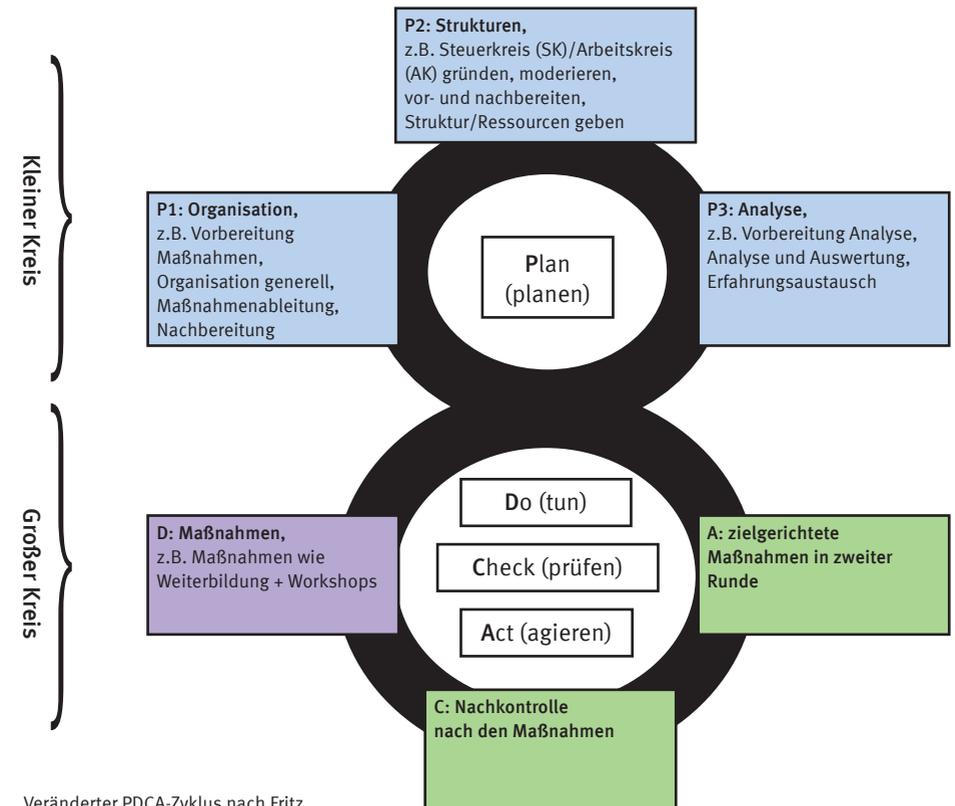
Für ein strukturiertes Vorgehen im Prozess ist der sogenannte „PDCA-Zyklus“ hilfreich.

Die vier Buchstaben „PDCA“ sind Abkürzungen aus dem Englischen für vier Teilschritte, die sich bei der Umsetzung von Projekten bewährt haben:

- P** steht für planen (vgl. auch engl.: plan)
- D** steht für tun (vgl. auch engl.: do)
- C** steht für checken (vgl. auch engl.: check)
- A** steht für erneut gezielt agieren (vgl. auch engl.: act).

Dementsprechend kann man nach den deutschen Bezeichnungen auch „PTCA-Zyklus“ sagen.

Im Unterschied zu den bisher üblichen Darstellungen des „PDCA-Zyklus“ haben wir diese Kreisdarstellung im Projekt um einen weiteren Kreis innerhalb des Planens ergänzt, so dass sich eine Acht ergibt. Dabei wird zuerst der obere Kreis im Uhrzeigersinn durchschritten (P1→ P2→P3) und dann der untere entgegen dem Uhrzeigersinn (D→C→A).



Veränderter PDCA-Zyklus nach Fritz

Hintergrund für diese Veränderung sind zwei Erfahrungen: zum einen die erfolgsentscheidende Bedeutung der Planungsphase in jedem Projekt und zum anderen der größere Zeitraum, den diese Phase umfasst. So wird in der Projektmanagementliteratur immer wieder formuliert, dass Investitionen in das Planen die nachfolgenden Schritte beschleunigen und dass die Qualität der Veränderungen bei intensiver Planungsphase wesentlich höher ist als bei Verzicht auf diese Phase (Mayrshofer/Kröger, 1999; Pieck, 2013).

Was die Zeitdauer der Planungsphase betrifft, so nahm diese im Pilotprojekt einen deutlichen zeitlichen Rahmen von zwei bis acht Monaten ein. In dieser Zeit galt es, einzelne Arbeitsschritte innerhalb des Planens zu benennen und so die Ungeduld von Beteiligten in strukturierte Bahnen zu lenken.

In der Planungsphase lassen sich – aus der Erfahrung des Pilotprojektes und anderer Projekte mindestens drei durchaus voneinander trennbare Aktivitäten, gleichsam Teilphasen des Planens unterscheiden:

- **Organisation und Vorbereitung des Einsatzbereiches (P1),**
- **Installieren von Strukturen (P2),**
- **Analyse des Bedarfs (P3).**

Diese Aktivitäten können im Projektprozess als Bausteine charakterisiert werden, die teilweise parallel, teilweise hintereinander abzuarbeiten sind und somit gerade in der Startphase eine hilfreiche Rahmenstruktur bilden. Darüber hinaus gilt auch hier, dass die Phasen im Laufe des Projektes mehrfach durchlaufen werden können.

Dabei geht es in der **Teilphase Organisation (P1)** darum, zunächst den Kontakt zur jeweiligen Organisation (z. B. Schule) herzustellen, das Vorgehen als solches mit der Führung (z. B. Schulleiter) abzustimmen, Grobziele für das Projekt festzulegen und ggf. auch schon Informationen zum Prozess insgesamt sowie zu den Zeitaufwänden und benötigten Ressourcen zu geben. Im späteren Verlauf des Projektes kommen immer wieder Organisationsaufgaben hinzu, z. B. die Organisation der ständigen Information aller Projektteilnehmer, die Ableitung von Maßnahmen oder die Organisation konkreter Maßnahmen.

In der **Teilphase Strukturen (P2)** geht es am Anfang vor allem darum, einen arbeitsfähigen Steuerkreis zu installieren. Dabei sind z. B. Fragen der Auswahl der Beteiligten (Vertreter der Pädagogen, Schüler, ggf. auch Eltern) oder der Spielregeln der Arbeit dieses Gremiums (Beteiligungsorientierung, Moderation, Häufigkeit und Dauer der Sitzungen, Protokollierung, Information der anderen...) zu klären. Im weiteren Verlauf gehört die Vorbereitung, Moderation und Nachbereitung der Steuergruppensitzungen in diese Teilphase.

In die **Teilphase der Analyse (P3)** gehören dann die Festlegung von sinnvollen Erfolgskriterien, die Ableitung entsprechender Analysezeitpunkte und -verfahren, die Umsetzung dieser Analyseverfahren sowie ihre Auswertung. Im Prozess kann auch diese Teilphase mehrfach durchlaufen werden. So erfordern einige Screeningverfahren nach der Ortung von Schwerpunktbereichen eine Feindiagnose. Auch die Erfassung von Effekten beruht auf einer mehrschrittigen Analyse (vorher und nachher).

Die Umsetzung von übergreifenden Veränderungsprozessen in Organisationen mittels des sogenannten „PDCA-Zyklus“ ist für das Setting Schule praxiserprobt und hat sich bewährt.

Eine sorgfältige Planung (Organisation, Struktur und Analyse) sollte mit frühzeitig beginnenden sichtbaren Maßnahmen einhergehen. Parallel können sowohl Analyse als auch die Umsetzung als schnell veränderbare Punkte gestaltet werden.

Eine sorgfältige Analyse zeichnet „eher erfolgreiche“ Schulen aus und sorgt dafür, dass spezifische und für diese Schule passende Maßnahmen ergriffen werden.

Erfolg braucht Struktur

Projektsteuerkreise an Schulen

Projekte an den jeweiligen Schulen wurden durch Steuerkreise gelenkt. Aus unseren Erfahrungen heraus sollten Steuerkreise Entscheider, Vertreter der Arbeitsebene und Vertreter der Zielgruppen enthalten. Für Schulen bedeutet dies idealerweise folgende Zusammensetzung:

- **Schulleiter** oder Stellvertreter als Entscheidungsebene
- **Pädagogen**, die mit der Umsetzung der Gesundheitsförderung beauftragt sind
- **Personalrat** und interessierte **Pädagogen** als Vertreter der Zielgruppe Pädagogen
- **Schülerrat** und interessierte Schüler als Vertreter der Zielgruppe Schüler
- **Elternrat** und interessierte Eltern als Vertreter der Eltern
- **Berater** zur Moderation des Prozesses

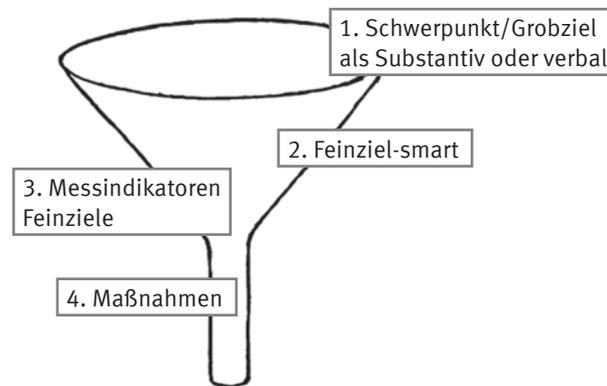
Förderliche Arbeitsweisen der Steuerkreise sind:

- Zeitaufwände vorab zu kommunizieren, Arbeitsweise zu klären, Information als wichtige Rückkopplung an die Pädagogen und Schüler zu geben
- Protokollierung und die Kontrolle der Maßnahmen im Protokoll zu beachten
- Beginn von Prozessen: das Wissen der Beteiligten zur Gesundheitsförderung einfließen zu lassen und konkrete Ziele und Erfolgskriterien festzulegen sowie Vorher-Messungen durchzuführen
- Gesundheit als Thema in die Breite zu tragen, neben den Steuerkreismitgliedern auch die anderen Pädagogen und Schüler mit einzubeziehen

In schulischen Steuerkreisen sollten alle für den Prozess relevanten Gruppen (Pädagogen, Schüler, bei Bedarf Eltern,..), vertreten sein. Die Teilnahme der Schulleitung als Entscheider ist von großem Vorteil für die Geschwindigkeit von Veränderungen.

In den Pilotprojekten war die Beteiligung von Schülervertretern in den schulischen Steuerkreisen sowie die Gestaltungsenergie von Schülern in den verschiedenen Workshops ein Erfolgsfaktor an vielen Schulen.

Gleich zu Beginn der Projekte galt es, Ziele im Gesundheitsprojekt zu formulieren. Um ein gemeinsames Zielverständnis zu erarbeiten, wurden Grobziele, Feinziele, Messindikatoren und Maßnahmen für einzelne Beispiele erarbeitet.



Zielfindung nach Fritz

Man geht von grob nach fein, wie bei einem Trichter, vor. Zuerst wird das Grobziel festgelegt. Dabei handelt es sich um einen Schwerpunkt der Arbeit, für den mit einer Aktivitätsbeschreibung die Richtung konkretisiert wird: z.B. Gesundheitsbewusstsein der Pädagogen und Schüler erhöhen, Ernährung verbessern, Unterrichtsausfälle reduzieren, Schulzufriedenheit erhöhen usw..

Das **Feinziel** hingegen kann meist erst nach der Analyse genauer bestimmt werden. Hierbei ist auch die Wunderfrage hilfreich: „Wenn alles im Projekt tatsächlich so laufen würde, wie wir es geplant haben – und das wäre ein Wunder – woran würden wir es merken?“

Mehrere Feinziele konkretisieren ein Grobziel. **Feinziele** sollen **smart** dargestellt sein: **s**pezifisch, **m**essbar, **a**ktiv beeinflussbar, **r**ealistisch, **t**erminiert.

Beispiele für Feinziele sind:

- Pädagogen kennen ihre Frühwarnsignale für Überlastung, nehmen sie wahr und reagieren darauf entsprechend (Pausen, Entspannung, Bitte um Unterstützung ...).
- Der Anteil der Raucher in der 7. Klasse soll innerhalb eines Jahres von 15 % auf 10 % gesenkt werden.

Die Indikatoren sind die beobachtbaren Merkmale, ob ein Ziel erreicht wurde oder nicht.

Die Maßnahmen geben schließlich die Teilschritte an, durch die das Feinziel erreicht wird, z. B. durch einen Stressbewältigungskurs für Pädagogen, ein Coaching oder die Abfrage ihrer Selbstwahrnehmung zu Beginn von Veranstaltungen, einen Raucherentwöhnungskurs, das Erklären der Folgen im Biologieunterricht, das Klären der eigentlichen Bedürfnisse im Ethikunterricht usw. Die zunächst festgelegten Grobziele sind die Basis der Analyse, denn sie legen fest, worauf die Aufmerksamkeit bei der Analyse gerichtet werden soll.

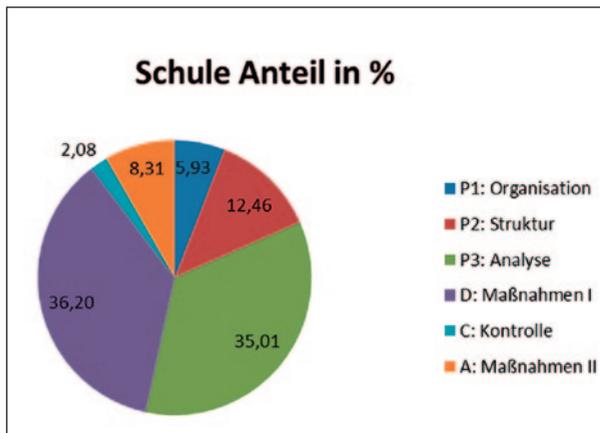
Die schulischen Steuerkreise sollten zu Beginn konkrete Ziele und Erfolgskriterien festlegen und Vorher-Messungen durchführen. Ziele sollten nach dem smart-Prinzip aufgebaut sein: spezifisch, messbar, aktiv beeinflussbar, realistisch, terminiert. Ziele haben vorläufigen Charakter und sollten nach der Analyse zu passenden Feinzielen weiterentwickelt werden.

Erfolg braucht Zeit

Für die Implementierung eines Gesundheitsmanagements benötigen Schulen Zeit für die Arbeit im Steuerkreis, für die Analyse und die direkte Umsetzung. Diese zeitliche Ressourcenunterstützung ist wichtiger als eine finanzielle.

Schulen sollten vorab wissen, dass Effekte nur unter Beteiligung der Pädagogen selbst möglich sind und dass gerade auch bei der Implementierung eines Gesundheitsmanagements Zeit für die Arbeit im Steuerkreis (Ø 63 Std.), aber auch für die Analyse (Ø 182 Std.) und die direkte Umsetzung (Ø 79 Std.) einzuplanen ist.

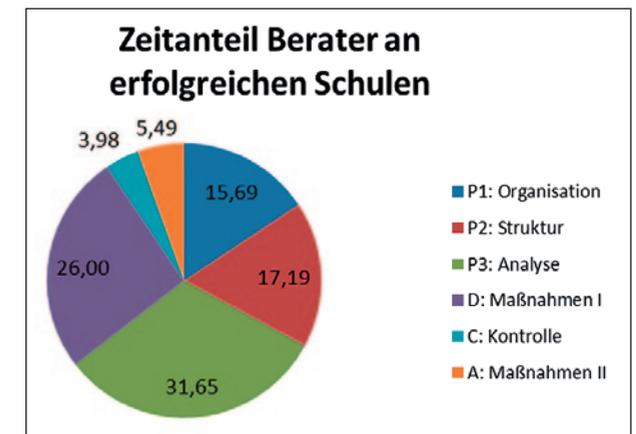
Der Planungsanteil (mit Organisation, Struktur und Analyse) an Veränderungsprozessen ist in der Regel größer als der Anteil für die Umsetzung der Maßnahmen. Dieser Anteil macht durchschnittlich 2/3 der Projektzeit aus. Dieses Zeitpolster sollte für Veränderungsprozesse einkalkuliert werden.



Durchschnittliche zeitliche Anteile der einzelnen Projektschritte im Zeitbudget der Projektschulen

Eine sorgfältige Planung (Organisation, Struktur und Analyse) sollte mit frühzeitig beginnenden sichtbaren Maßnahmen einhergehen. Parallel können sowohl Analyse als auch die Umsetzung schnell veränderbarer Punkte gestaltet werden.

Eine sorgfältige Analyse zeichnet eine „eher erfolgreiche“ Schule aus und sorgt dafür, dass spezifische und für diese Schule passende Maßnahmen ergriffen werden.



Durchschnittliche zeitliche Anteile der einzelnen Projektschritte im Zeitbudget der Berater an Projektschulen

Der Aktivitätsanteil der begleitenden Berater liegt überwiegend in der Planungsarbeit. Die Aufwände der Steuerkreismitglieder an den Schulen liegen vor allem im Analyse- und Umsetzungsbereich.

Für erfolgreiche Projekte benötigen Schulen Zeit für die Arbeit im Steuerkreis, für die Analyse und die direkte Umsetzung. Es ist förderlich, wenn Schulen Möglichkeiten erhalten, bei Bedarf Gelder zur Umsetzung der Maßnahmen nutzen zu können.

Analyse vor Maßnahme

Zwischen Lebensbedingungen, Gesundheit und Bildungserfolg besteht ein enger, wissenschaftlich belegter Zusammenhang. Deshalb sollten Gesundheitsförderung und Prävention fest in den Schulalltag integriert werden, denn: Gesunde Schüler und Pädagogen können ihre gemeinsamen Bildungsziele viel besser erreichen! Die Analyse der Ausgangssituationen an der jeweiligen Schule ist dabei ein wesentlicher Erfolgsfaktor.

gogen können ihre gemeinsamen Bildungsziele viel besser erreichen! Die Analyse der Ausgangssituationen an der jeweiligen Schule ist dabei ein wesentlicher Erfolgsfaktor.

Eine sorgfältige Analyse zeichnet „eher erfolgreiche“ Schulen aus und sorgt dafür, dass spezifische und für diese Schule passende Maßnahmen ergriffen werden. In schulischen Prozessen ist die Verbindung der Pädagogen- und Schülergesundheit zu beachten. Beide Gruppen sollten in der Analysephase beteiligt werden.

Das individuelle Schulprofil

Aus dem Modellprojekt „Gesunde Lebenswelt Schule – das PLUS für alle“ heraus wurde durch die Projektpartner ein deutschlandweit einmaliges Onlinebefragungstool für Schulen entwickelt. Die Forschungsgruppe „kompetenztest.de“ der Friedrich-Schiller-Universität Jena war und ist für die technische Realisierung und Betreuung verantwortlich.

Über das Schulprofil erhalten schulische Steuerkreise und Schulleitungen wichtige Erkenntnisse über die Gesundheitssituation und das Gesundheitsverhalten der Schülerinnen und Schüler. Der Gewinn für die Schule besteht in der Möglichkeit, mit Hilfe der verschiedenen Bereiche des Schulprofils den Bedarf und die Ausrichtung für Schulentwicklung zu planen oder bereits durchgeführte Maßnahmen zu evaluieren. Alle Schulen in Thüringen und Sachsen können diese Onlinebefragung kostenfrei nutzen.

Das Schulprofil ermöglicht die Analyse der Ausgangssituationen an der jeweiligen Schule zu den Themen Gesundheit, Lehren & Lernen, Schulklima und Zufriedenheit. Durch wiederholten Einsatz des Instruments können darüber hinaus Veränderungen nachvollzogen werden.

Aus der Onlinebefragung der Schüler der 5., 7. und 9. Klassen an allgemeinbildenden Schulen und des ersten Ausbildungs-

jahres an Berufsschulen wird das individuelle Schulprofil erstellt.

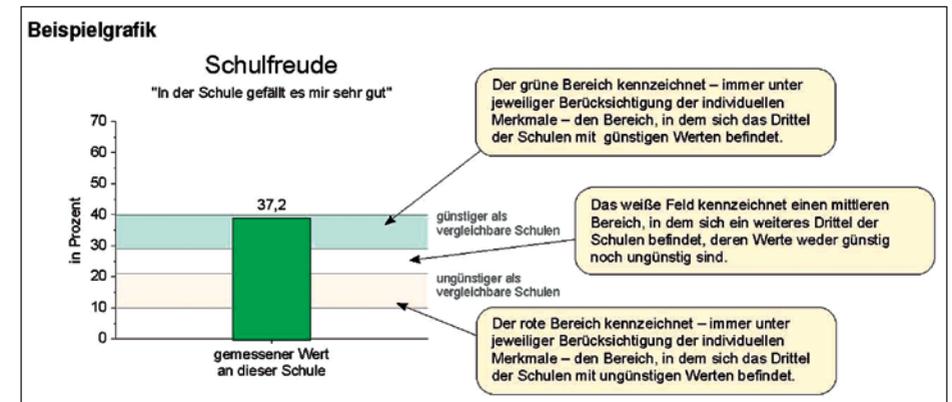
Die Schüler werden zu folgenden Bereichen befragt:

- allgemeiner Gesundheitsstatus, psychische Gesundheit
- Gesundheitsverhalten (Ernährung, sportliche Aktivität)
- Substanzkonsum (Rauchen, Alkohol, illegale Drogen)
- problematisches Sozialverhalten (Gewalt, Mobbing)
- sozialökologische Bedingungsfaktoren (Elternunterstützung, Schule und Schulkultur, Gleichaltrigengruppe)
- Freizeitverhalten und Jugendkultur
- sozioökonomische Bedingungen
- Selbstbild und eigene Kompetenzen
- Lebens- und Schulzufriedenheit

Um die Bewertung und Einordnung der erhobenen Daten maßgeblich zu erleichtern, wird den Schulen zu jedem erhobenen Wert auch ein *fairer Vergleichswert* ausgegeben, dessen Grundlage ein repräsentativer Datensatz ist. Er berücksichtigt die Alters-, Geschlechts- und Sozialstruktur sowie die Schulart und sorgt somit für zuverlässigere Aussagen.

Die Daten der Schule werden mit denen anderer befragter Einrichtungen verglichen. Dieser faire Vergleichswert zeigt auf, ob die entsprechende Schule ungünstiger oder günstiger als vergleichbare Einrichtungen bei den einzelnen Indikatoren abschneidet.

Weitere Informationen zum Schulprofil finden Sie auf den Internetseiten der AOK PLUS sowie des TMBWK



Arbeitssituationsanalyse (ASIA)

Schulen wollen mit geringem Zeitbudget schnell viel erreichen. Sich die Zeit zu nehmen, über gezielte Analysen die entsprechenden Entwicklungsschwerpunkte sowie die Ressourcen zu finden, bevor geeignete Interventionsmaßnahmen geplant werden, fällt schwer.

Die in unserem Projekt adaptierte Methode der „Arbeitssituationsanalyse“ (ASIA) ist für die Schule sehr gut geeignet und im Einsatz für Pädagogen-Teams und auch Schülergruppen praxisgetestet.

Die Arbeitssituationsanalyse ist ein Verfahren zur Ermittlung von Stärken, Schwächen und Verbesserungsvorschlägen. Dieses Verfahren wurde unter dem Titel „Arbeitssituationserfassung“ von Prof. Dr. Peter Nieder (Bremen) entwickelt.

Es ist ein Gruppendiskussionsverfahren, das vorwiegend qualitative Ergebnisse liefert. In Gruppen von 10 bis 15 Mitarbeitern eines Bereiches und einer Hierarchieebene (ohne die Teilnahme von Vorgesetzten) und einem externen Moderator werden die wichtigsten Belastungen der Arbeitssituation herausgearbeitet und realisierbare Verbesserungsvorschläge entwickelt (Zeitraum: einmalig 2 Stunden). Ergänzend hierzu wird der Fokus auch auf die vorhandenen Stärken der Einrichtung gelenkt. Ziel ist es, ressourcen- und lösungsorientiert gesundheits- und motivationsbeeinträchtigende sowie krankmachende Faktoren der Arbeitssituation zu identifizieren. Daraus können Maßnahmen abgeleitet werden, die auf Verbesserungen von Arbeitsumgebung, Arbeitstätigkeit, Arbeitsorganisation, Vorgesetztenverhalten und Teamklima abzielen.

Aus den identifizierten Belastungen resultierende Qualitätsmängel und Fehlzeiten können so reduziert werden und die bereits vorhandenen Stärken weiter ausgebaut bzw. als gutes Fundament genutzt werden. Diese Methode wurde für die **Zielgruppe Pädagogen** sowie die **Zielgruppe Schüler** separat angewandt.

Die Methode ASIA

Im Rahmen des Projektes „Gesunde Lebenswelt Schule – das Plus für alle“ wurde dieses Verfahren im schulischen Kontext durchgeführt. Ziel war es, Arbeitsbelastungen und Verbesserungsvorschläge aus Sicht der Pädagogen zu ermitteln, um damit eine Verbesserung ihrer Arbeitssituation zu erreichen. Das Vorgehen wurde durch den Steuerkreis des Projekts an der Schule initiiert.

Was erwartet die Teilnehmer?

- Gruppendiskussionsverfahren mit externem Moderator
- 10 bis 15 Mitarbeiter einer Hierarchieebene (ohne Vorgesetzten) bzw. 12 Schülersprecher
- Dauer: einmalig 1,5 bis 2 Stunden pro Gruppe
- Erfassung und Gewichtung der stärksten Belastungen und Ermittlung von realistischen Verbesserungsvorschlägen
- Sammlung positiver Aspekte der Schule

Zielstellungen:

- Ermittlung von Ressourcen in der Schule
- Optimierung der Zusammenarbeit
- Verbesserung der internen Kommunikation

Ablauf:

- Gruppenregeln der Zusammenarbeit werden zu Beginn besprochen

Folgende Fragestellungen werden anonym beantwortet:

1. Halten Sie eine Verbesserung Ihrer Arbeitssituation für...?

- sehr wichtig
- teilweise wichtig
- nicht wichtig
- Enthaltung

2. a) In welchen Bereichen Ihrer Arbeitssituation sollte eine Verbesserung stattfinden? (Pädagogen-Team)

- Umgebung des Arbeitsplatzes
- Arbeitstätigkeit
- Arbeitsorganisation
- Vorgesetztenverhalten
- Gruppen-/Schulklima

2. b) In welchen Bereichen Eurer Schulsituation sollte eine Verbesserung stattfinden? (Schülersprecher)

- Schul- und Lernumfeld
- Unterrichtsgestaltung und Lernen
- Schul- und Unterrichtsorganisation
- Pädagogen-Schüler-Verhältnis
- Klassenklima/Schulklima

Im nächsten Schritt werden die belastenden Aspekte und realistische Verbesserungsvorschläge gesammelt:

3. Woran haben Sie gedacht, als Sie bei ... einen Punkt gesetzt haben?

4. Welche realistischen Verbesserungsmöglichkeiten sehen Sie?

- Quantifizierung der Ergebnisse (Verbesserungsvorschläge/Belastungen)

Abschluss der Diskussion durch folgende Fragestellung:

5. Was gefällt Ihnen gut in Ihrer Schule? Was soll weiter ausgebaut werden?

Weiteres Vorgehen nach Durchführung der ASIA:

- Anonymisierte Berichterstellung der Ergebnisse
- Vorstellung der Ergebnisse im Steuerkreis
- Festlegung des Maßnahmenplans (Was? Wann? Durch wen?)
- Information der Mitarbeiter über die geplanten Maßnahmen
- Umsetzung der Maßnahmen in der Schule

Alle Ergebnisse werden streng vertraulich behandelt und nur in anonymisierter Form mit dem Steuerkreis besprochen.

Die in unserem Projekt adaptierte Methode der „Arbeitssituationsanalyse“ ist für die Lebenswelt Schule sehr gut geeignet und im Einsatz für Pädagogen-Teams und auch Schülergruppen praxisgetestet.

Ausgangsanalyse mit Grundschulern

Unter der Überschrift „Betroffene zu Beteiligten“ hat der Steuerkreis einer Grundschule die Ideen und Vorstellungen der Grundschüler in die Projektarbeit integriert.

Die Ergebnisse wurden im Steuerkreis ausgewertet.

Gestaltung von Plakaten zum Thema „Gesunde Schule“ an einer Mustergrundschule

Projektidee:

Grundschüler bestimmen selbst, welche gesundheitsfördernden Veränderungen sie an ihrer Schule vornehmen wollen und gestalten dazu Poster.

Methodik:

1. Schüler werden vor der Durchführung des Projektes für das Thema Gesundheit sensibilisiert (Gruppendiskussion)
 - Was ist Gesundheit?
 - Was erhält mich gesund?
 - Schwerpunktthemen: Ernährung, Bewegung, Gewalt/Aggression, Stress (Leistungsdruck), Natur und Umwelt
2. Themensammlung „Gesunde Schule“
 - Jeder Pädagoge befindet sich mit seiner Klasse in einem Raum.
 - Der Pädagoge befragt die Schüler zu ihren Vorstellungen zur „Gesunden Schule“ hinsichtlich der o. g. Schwerpunkte.
 - Die Schüler wählen die Schwerpunkte zu denen sie sich selbst äußern.
 - Alle Ideen werden an der Tafel festgehalten.
 - Jeder Schüler kommt zu Wort.

- Die Vorstellungen müssen realisierbar und umsetzbar sein.
- Jeder Schüler bringt einen Vorschlag ein.
- Weitere Vorschläge werden auf dem Poster „Platz für weitere Ideen“ festgehalten.

3. Postergestaltung:

- Die Kinder sitzen auf ihren Stühlen, Stühle und Tische stehen in U-Form.
- In der Mitte stehen mehrere Tische zusammen.
- Alle Schüler setzen ihre Idee zeichnerisch auf einem A4-Blatt um, die Lehrkraft unterstützt bei der Umsetzung.
- Die Bilder werden auf das Poster geklebt.
- Der Berater wertet die zusammengefassten Ideen aus.
- Das Poster mit allen Ideen wird im Klassenzimmer/im Schulgebäude gut sichtbar angebracht, damit das Ziel vor Augen bleibt. (Was wollen wir erreichen?)

Materialien:

- Pinnwand/Poster, A4-Blätter, Flip-Chart-Papier, Kleber, Buntstifte

Zeitumfang:

- ein Schultag

Nachhaltigkeit:

- Die Veranstaltungen werden mit den beteiligten Pädagogen reflektiert.
- Die Ergebnisse werden nach quantitativen und qualitativen Aussagen zusammengetragen (die Aussagen der Schüler bleiben in der kindlichen Sprache erhalten, Sortierung nach Häufigkeit).

- In jeder Klasse werden zunächst die drei häufigsten Nennungen auf Flip-Chart festgehalten.
- Die übergreifenden Themen, welche für alle Klassen gültig sind, werden durch den Steuerkreis umgesetzt.
- Es erfolgt eine Kategorisierung der einzelnen Vorschläge nach Schwerpunkten: Wo liegen Schwerpunkte der 1. Klasse, der 2. Klasse usw.

Betroffene zu Beteiligten

Partizipation und Vernetzung sind die entscheidenden Variablen für erfolgreiche Gesundheitsförderungsprojekte in Lebenswelten und Organisationen. Partizipation bedeutet dabei nicht nur Teilnahme, sondern auch Teilhabe, also Entscheidungsmöglichkeiten bei allen wesentlichen Fragen des Projektes. Je mehr Einfluss jemand

auf einen Entscheidungsprozess nehmen kann, umso größer ist die Partizipation. Bei den Aktivitäten des Projekts wurde angestrebt, alle Personen an der Schule (Pädagogen, Schüler, Eltern, nichtunterrichtendes Personal), auf einer hohen Partizipationsstufe einzubeziehen.

Schüler gestalteten ihre Lebenswelt und wurden zur Ausgangsanalyse befragt. Sie konnten, durften und sollten ihre Ideen einbringen und dann auch eigenständig umsetzen. Die Ergebnisse aus diesen Prozessen haben einige Pädagogen und Schulleiter überrascht. Die Schüler waren nicht nur partizipativ am Prozess beteiligt, sie lernten Moderationsmethoden kennen und handelten eigenverantwortlich.

Partizipation – Mittagsversorgung

Ausgangslage:

Aus den Analysen der Schule wurde als eine Maßnahme durch den Steuerkreis eine AG Schulverpflegung gegründet.

Ziel:

Analyse der Zufriedenheit der Nutzer des Mittagessens

Beteiligte:

- Vernetzungsstelle Schulverpflegung bei der Verbraucherzentrale Thüringen,
- Ernährungsberaterin Kreisjugendring der Kommune,
- Caterer,

- Schüler, Eltern, Pädagogen,
- AOK-Berater

Ergebnispräsentation:

- Auswertung der Fragebögen erfolgte durch die Schule
- AG Schulverpflegung mit Steuerkreis

Nachhaltigkeit:

- Erstellung eines Maßnahmenplans zur Optimierung der Essensversorgung
- Wettbewerb zu Ideen der Speiseraumgestaltung unter den Schülern
- Aufstellung eines langfristigen Maßnahmenplans zur Umgestaltung und Vergrößerung des Speiseraums

Teil 1 Schülerbefragung

Unsere Schule nimmt am AOK-Projekt „Gesunde Lebenswelt Schule“ teil. In dem Projekt soll auch das Schulessen besser gemacht werden. Dafür haben wir eine Arbeitsgruppe Schulessen gegründet, in der sich gern noch weitere Schüler und Eltern beteiligen können. Um ein umfassendes Bild zur Zufriedenheit mit dem Schulessen zu bekommen, haben wir einen kleinen Fragebogen zusammengestellt.

Wir bitten alle „Mittagesser“ und auch alle „Nicht-Mittagesser“ um rege Teilnahme an der Befragung.

Schülerfragebogen (durch den Schüler auszufüllen)

Statistische Angaben:

Klassenstufe: 5 6 7 8 9 10 11 12
 Geschlecht: weiblich männlich

1. Nimmst du am Mittagessen teil?

- ja, täglich ja, ab und zu nein, weil
- nein, weil: das Essen nicht schmeckt
 keine/zu wenig Zeit
 es mir zu laut im Speiseraum ist
 die Gerichte selten meinen Vorstellungen entsprechen, sind nicht ansprechend
 ich die Gerichte meist nicht kenne
 es keine Essenauswahl gibt

sonstige Gründe:

2. Wenn du nicht essen gehst, was gibst es dann bei dir zum Mittag?

- ich nutze die Cafeteria oder gehe zu einem Bäcker o.ä.
 ich esse daheim
 ich esse selbst Mitgebrachtes
 anderes
-

3. Wie beurteilst du das derzeitige Angebot zum warmen Mittagessen/Cafeteria?

| | <i>warme Speisen</i> | | <i>Imbissangebot/Cafeteria</i> | |
|-------------------------------|--------------------------|--------------------------|--------------------------------|--------------------------|
| | sehr gut 1 | 6 schlecht | sehr gut 1 | 6 schlecht |
| Geschmack/Würzung: | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| Speisenangebot: | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| Auswahl: | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| Zusammenstellung/Komponenten: | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| Nachtsch: | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| Aussehen: | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| Sättigung: | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| Freundlichkeit Personal: | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| Preis: | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |

4. Was findest du besonders gut und/oder schlecht am jetzigen Angebot?

5. Welche Änderungswünsche hast du (Raumgestaltung, Abwechslung, Lebensmittelqualität, Essenszeiten, langes Anstehen, Personen ...) für das warme Schulessenangebot sowie die Cafeteria?

6. Fragen zur Cafeteria

- Ich nutze die Cafeteria täglich ab und zu selten nie
Ich nutze sie für: Frühstück Snacks Süßigkeiten
 Getränke Mittagessen

Teil 2 Elternfragebogen (durch die Eltern auszufüllen):

1. Wie wichtig sind Ihnen folgende Dinge?

- | Allgemeines | sehr wichtig 1 | 6 unwichtig |
|---|--------------------------|--------------------------|
| Beachtung der Grundsätze gesunder Ernährung | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| warmes Mittagsangebot jeden Tag | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| Imbissangebot für zwischendurch | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| angenehme räumliche Situation | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| ausreichend Zeit für das Essen | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| günstiger Preis | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
-
- | Speisenauswahl | sehr wichtig 1 | 6 unwichtig |
|---|--------------------------|--------------------------|
| abwechslungsreiches Angebot | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| mindestens 1 vegetarisches Gericht zur Wahl | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| Bio-Essen zur Wahl | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| weniger Fleischgerichte | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
-
- | Speisenqualität | sehr wichtig 1 | 6 unwichtig |
|----------------------------------|--------------------------|--------------------------|
| Bio-Essenangebot | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| Obst als Nachtisch | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| reichhaltige Portionen | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| Möglichkeit, Nachschlag zu holen | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |

2. Zurzeit beträgt der Essenpreis 2,10 € pro Essen.

Bis zu welchem Preis würden Sie Ihrem/Ihren Kind/ern die Teilnahme am Schulessen ermöglichen, wenn sich das Angebot verbessert?

- bis 2,30 € bis 2,50 € bis 2,70 € bis 2,90 € auch über 3,00 €

3. Welche Anregungen haben Sie, was liegt Ihnen besonders am Herzen?

Teil 3: Feedbackbogen Mittagessen

Datum: _____

Prüfer: Schüler Pädagogen Schulleiter Sekretärin

Gegessenes Essen: _____

Das Essen bestand aus folgenden Essenkomponenten:

- Kartoffeln Nudeln Reis Brot Kartoffelbrei
 Gemüse Salat
 Fisch Fisch paniert
 Fleisch (Gulasch, Schnitzel,...) Fleisch/Wurst paniert Wurst (Bockwurst, Wiener,...)
 Eintopf süßes Gericht (Grieß, Milchreis,...) Vorsuppe/Brühe
 Obst Quark Joghurt
 Sonstiges: _____

Kreuze bei den nachfolgenden Punkten alle die Dinge an, die aus deiner Sicht für dein Essen zutrafen!
Ergänze eventuell eigene Gedanken bei „Sonstiges“.

Aussehen

- Gemüse hat typische Farbe, z.B. Spinat/ Erbsen sind kräftig grün; Möhren orange
 Gemüse hat keine typische Farbe, z.B. Spinat/ Erbsen sind graugrün
 Gemüse sieht matschig/weich/breilig aus
 Nudeln kleben sehr zusammen
 Nudeln glänzen fettig
 Reis ist körnig
 Reis klebt in größeren Klumpen zusammen
 Panade umhüllt Fisch/Fleisch vollständig
 Panade umhüllt Fisch/Fleisch nicht vollständig
 Essen besteht insgesamt aus verschiedenen farbigen Komponenten
 alle Komponenten sind optisch gut voneinander zu unterscheiden
 Essen ist mit frischen Kräutern überstreut
 Essen ist nicht mit frischen Kräutern überstreut
 Sonstiges: _____

Geruch

- angenehm/appetitlich nach dem Essen, das am Speiseplan steht
 unangenehm Sonstiges: _____

Geschmack

- mild zu würzig zu salzig zu pfeffrig zu süß
 zu scharf künstlich/chemisch mehlig unbekannt
 Sonstiges: _____

- Kartoffeln schmecken wässrig
 Gemüse schmeckt nach der entsprechenden Gemüsesorte
 Gemüse schmeckt nicht nach der entsprechenden Gemüsesorte

Konsistenz/Mundgefühl

- Kartoffelbrei/Milchreis/Grieß enthält Klumpen, die störend sind
- Kartoffelbrei/Milchreis/Grieß ist sehr fest und fühlt sich „trocken“ an
- Kartoffelbrei/Milchreis/Grieß ist cremig und angenehm im Mund
- Kartoffeln sind wässrig und matschig
- Kartoffeln, Nudeln, Reis sind sehr fest/hart
- Nudeln sind zu weich/matschig
- Fleisch ist weich
- Fleisch ist zäh (langes Kauen erforderlich)
- Fleisch ist trocken
- Panade ist matschig
- Panade ist knusprig
- Gemüse ist bissfest/knackig
- Gemüse ist sehr weich
- Sonstiges: _____

Temperatur

- Essen ist heiß warm lauwarm kühl/kalt

Sonstiges

- Getränke, Joghurt, Quark in einzeln abgepackten Päckchen/Bechern
- Lieferzeit:** _____ Uhr **Ende der Ausgabe:** _____ Uhr

Partizipation – Schüler zu Beteiligten

Ausgangslage:

Im Rahmen der Pilotprojekte „Gesunde Lebenswelt Schule – das PLUS für alle“ hat die Schule an der Ausgangsanalyse zur Schülergesundheits teilgenommen. Dem Steuerkreis lag anschließend das individuelle Schulprofil mit den Ergebnissen vor. Die Schule ist ein Berufsbildungszentrum. Es integriert Fachoberschulausbildung mit dem Ziel der Fachhochschulreife, Berufsschul- und Berufsfachschulausbildung und Berufsvorbereitungsausbildungen.

Ziel der Methode:

Information der Schülersprecher der verschiedenen Ausbildungsklassen zu den Ergebnissen der Ausgangsanalyse und Beteiligung der Schüler an der Themengewichtung sowie Themenbearbeitung.

Methode:

Workshop

Beteiligte:

- Schülervertreter aus den verschiedenen Ausbildungsklassen
- Pädagogen

Moderation:

AOK-Berater

Ergebnispräsentation:

Steuerkreis

Nachhaltigkeit:

Aus dem Workshop heraus wurden die Schülervertreter aufgefordert, die Workshop-Ergebnisse zu kommunizieren sowie die Themen in ihren Klassen weiter zu bearbeiten. Die Ergebnisse wurden jeweils im Steuerkreis des Projektes zusammengeführt.

Workshop mit Schülern

| Übersicht | | | |
|-----------|--|---|---|
| Zeit | Baustein | Inhalte | Methode |
| 12:00 | Ankommen | Small-Talk zwischen Berufsschülern, Platzfinden etc. | |
| 12:30 | Begrüßung | Begrüßung (Moderator), Grußbotschaften Sinn/Ziel des Projektes aus Sicht der Schulleitung Ziel, Organisatorisches und Motto der Veranstaltung | Freie Rede – auf Flipchart festhalten (Visualisieren) Pinnwand |
| 12:50 | Kurzpräsentation | Vorstellung des Projekts „Gesunde Lebenswelt Schule – das PLUS für alle“ | Vortrag |
| 13:00 | Interpretation der Ergebnisse des Schulprofils | Diskussion zu Ergebnissen aus der Befragung | In 3 Gruppen |
| | Bestand- und Zukunftsvorstellung als Gruppenarbeit | Zusammenfassung/Übersetzung der Ergebnisse für Zukunft – Wo sind wir gut? – Was müssen/werden wir angehen? | Visualisierung an Pinnwänden, je Gruppe eine Pinnwand, 2 kleine Kreise (grün/rot) je Teilnehmer; Ergänzungen hinzufügen |
| | Balance +/- | Worauf sind wir sehr stolz? | |
| | Themenfindung/ Bewertung | Was müssen wir als Erstes angehen? | Punktabfrage Jeder erhält 12 Punkte 3 Punkte erstes Thema für Stolz und erstes Thema für Angehen 2 Punkte zweites Thema für Stolz und Angehen 1 Punkt für drittes Thema Stolz und Angehen |
| 13:50 | Zusammenfassung | Darstellung der Gruppenergebnisse im Plenum | Plenum |
| | Weiterführung | Arbeitsauftrag für die Gruppen zu weiterer Themenbearbeitung | |
| 14:00 | Kommunikation und Information | Gerüchtelawine | Pinnwand, kleine Karten |
| 14:10 | Ende | | |

Partizipation – Schüler zu Beteiligten

Ausgangslage:

Im Rahmen des Pilotprojektes „Gesunde Lebenswelt Schule-das PLUS für alle“ hat der Steuerkreis einen Workshop über zwei Tage mit allen Pädagogen der Schule initiiert. Der Workshop startete am Freitag und endete Samstagmittag.

Die Schule ist ein Berufsbildungszentrum. Sie integriert Fachoberschulbildung mit dem Ziel der Fachhochschulreife, Berufsschul- und Berufsfachschulbildung sowie Berufsvorbereitungsausbildungen.

Ziel der Methode:

Information aller Pädagogen zum bisherigen Projektstand.
Beteiligung der Pädagogen an der weiteren Themenbearbeitung.
Die Pädagogen erleben persönlich neue Impulse zur Erhaltung ihrer individuellen Gesundheit.

Methode:

Workshop

Beteiligte:

55 Pädagogen der Schule, Schulleitung

Moderation:

AOK-Berater, externer Moderator

Ergebnispräsentation:

CD und Protokoll

Nachhaltigkeit:

Aus dem Workshop heraus wurde die interne Kommunikation in den Fokus gestellt. In zwei Jahren ist geplant, erneut eine interne Plattform für eine gemeinsame Tagung im Sinne der „Gesunden Schule“ zu finden und weitere Themen zu gestalten.

2 Tages-Workshop mit Pädagogen

Übersicht – Tag 1

| Zeit | Baustein | Ziel | Inhalte | Methode |
|-------|---|--|--|---|
| 8:30 | Ankommen | freundliche Einstimmung | <ul style="list-style-type: none"> – Empfang – Namensschilder – Garderobe – Test zum Einstieg | Begrüßungschart Musik |
| 9:30 | Auftakt | gemeinsam starten | <ul style="list-style-type: none"> – Begrüßung – Hintergründe und Anliegen des Workshops – Übergabe an Moderation | Eröffnungsrede |
| 9:10 | Kontakt, Orientierung | Arbeitsbeziehung herstellen | <ul style="list-style-type: none"> – Begrüßung – Rolle Moderator/ Co-Moderatoren – Anlass und Ziele (Prozesscharakter) – Fahrplan für beide Tage – Kurzinterview mit Schulleitung – Auswertung des Einstiegstestes – Blick auf Gelungenes: „Worauf können wir in diesem Kooperationsprojekt stolz sein?“ – „Wem danke ich für die besonders gute Zusammenarbeit?“ – Erwartungsabfrage für Workshop „Mit welchen Gedanken bin ich heute in den Pädagogenworkshop gekommen?“ – „Was ist mir an beiden Tagen wichtig?“ – „Was lässt die Veranstaltung scheitern?“ – „Was erwarte ich von den Moderatorinnen?“ – Spielregeln für gemeinsames Arbeiten | Zitate Pinn Gruppenbilder Zuruffragen, 3 Runden – je Stopp → Statements Gruppen, je 3 Antworten |
| 10:00 | Pause/Umbau | | Aufbau „Galerie“, Obstkörbe | |
| 10:15 | Bilanz des Projektes bzw. des Projektzeitraumes | Erfolge würdigen „Ein bunter Blumenstrauß“ | <ul style="list-style-type: none"> – „Was ist Gutes passiert?“ – „Worauf können wir stolz sein?“ – Entwicklung einer Zeittafel mit positiven Punkten in chronologischer Reihenfolge | Galerierundgang, Kurzpräsentation der 5 Fachbereiche (je 5 Minuten) |

| Zeit | Baustein | Ziel | Inhalte | Methode |
|-------|---------------------------|--|---|--|
| 11:00 | Pädagogengesundheit | Bewusstsein für Aktivitäten an der Schule schaffen | „Was haben wir?“ | Interaktive Präsentation |
| 11:45 | Bewegungspause | | | |
| 12:00 | Salutogenese-Modell | Einstellungen bearbeiten | <ul style="list-style-type: none"> – „Warum bleiben wir trotz möglicherweise vorhandener Risikofaktoren gesund?“ – „Was hält uns gesund?“ | Interaktive Themensammlung Visualisierung |
| 12:30 | Haus der Arbeitsfähigkeit | „Ihr Haus soll leben“ | <ul style="list-style-type: none"> – Skizze/Grundriss auf Pinn am Boden – Bilder der Schule – Input zum Haus der Arbeitsfähigkeit – Interaktiver Bau des Hauses der Arbeitsfähigkeit | Vortrag und Interaktive Plenumsarbeit |
| 13:00 | Mittag | | | |
| 14:00 | Bilanzwaage | Erfolge und kritische Themen | <ul style="list-style-type: none"> – Seiten der Bilanz: Erfolge und Misserfolge – Ergebnisse der Pädagogenbefragung 2010 – Aktuelle Befragung: Rangfolge der Erfolgsfaktoren 2012 – Ergebnisse 2010 in der Gegenüberstellung zu den Aussagen 2013 – Die wichtigen Erfolgsfaktoren „Wie zufrieden sind wir 2013?“ Rangfolge festlegen | Präsentation und Moderation der Diskussion Mehrpunktfrage |
| 15:30 | Kaffee | | | |
| 16:00 | Knackpunkte | Bild der Erfolgsfaktoren | Wie läuft es, wenn die 6 wichtigsten Erfolgsfaktoren umgesetzt sind? | Gruppenarbeit in 6 Gruppen |
| 17:50 | Abschluss und Ausblick | Feedback | Ausblick auf den 2. Tag | |
| 18:00 | Ende | | Abendessen | |

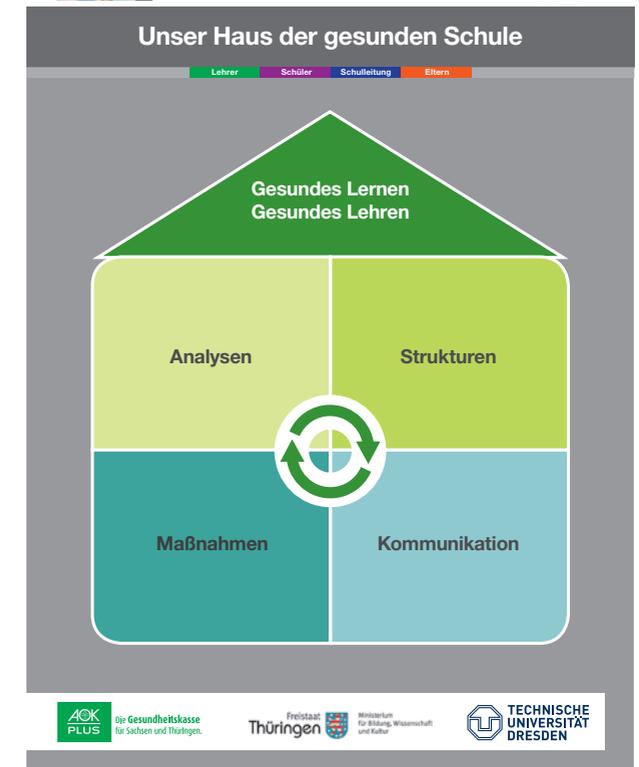
Übersicht – Tag 2

| Zeit | Baustein | Ziel | Inhalte | Methode |
|-------|---|--|--|---|
| 8:30 | Schule der Zukunft | System Schule – ein Zukunftsbild | Erfolgsfaktoren in ein Bild bringen | |
| 11:30 | Maßnahmeplanung Rollenverhandeln | Verbindlichkeit schaffen Unterstützung organisieren | <ul style="list-style-type: none"> – Konkretisierung der Themen – Ideen-/Umsetzungsplanung – Zeitplan – Präsentation der Arbeitsgruppen-Ideen/Pläne im Plenum – Welche Unterstützung ist notwendig? – „brauchen“ und „bieten“ zwischen Mitarbeitern – Schulleitung – AOK Fortbildungsbedarf, Themen von Schulleitung, Fragen, Erwartungen an Schulleitung | Speicher je Arbeitsgruppe „Verhandlungs-runde“ Visualisierung |
| 12:45 | Abschluss | Feedback | Soll-Ist-Abgleich der Workshop-ziele | Zielscheibe Vorstellung |
| 12:50 | Ende | Ausklang | Erinnerungsbild Mittagessen | Foto |

Vielfalt Intervention

Zum Abschlussworkshop mit allen Projektschulen 2013 haben die Schulen ihre umgesetzten Elemente des Gesamtprojekts anhand einer Übersicht: „Unser Haus der gesunden Schule“ abgebildet.

Pro Maßnahme wurde pro Schule ein Punkt gesetzt. Die Farben der Punkte sind nicht von Bedeutung. Das Gesamtbild veranschaulicht die Bedeutung von Strukturen sowie Analysen und zeigt die Vielfalt der Interventionen an unseren Projektschulen



Unser Haus der gesunden Schule: Übersicht



Unser Haus der gesunden Schule

Lehrer Schüler Schulleitung Eltern

Analysen

| | |
|--|---|
| Onlinebefragung der Schüler zu: Gesundheit, Lehren, Lernen Zufriedenheit und Schulklima Auswertung und Maßnahmen | Befragung zu: Lehrgesundheit Auswertung und Maßnahmen |
| Workshop Schüler zu: Gesundheit, Lehren, Lernen Zufriedenheit und Schulklima Auswertung und Maßnahmen | Arbeitssituationsanalyse Lehrer Auswertung und Maßnahmen |
| Motoriktest Schüler | 2-Tages-Workshop Lehrerteam |
| Schüler-, Eltern-, Lehrerbefragung zu: Mittagessen/Pausenverpflegung | Lärmschutzmessung |
| | |



Unser Haus der gesunden Schule:
Analysen



Unser Haus der gesunden Schule

Lehrer Schüler Schulleitung Eltern

Strukturen

| | |
|--|---|
| Steuerkreis installiert | Neue Strukturierung, Beratungen Lehrer Verbesser. interner Kommunikation Erarbeitung von Regeln des Zusammenarbeitens |
| Schulkonzept zur Gesundheitsförderung optimiert | Internetzugang für Lehrer Projekt »störungsfreie Pause« für Lehrer |
| Etablierung »Projektwoche-Tag der Gesundheit« | Neue Ausstattung/Gestaltung von Räumen Neues Konzept Aula-Nutzung für alle |
| Ausgestaltung Speiseraum Schulhausgestaltung Gestaltung Schulhof/Außengelände Neugestaltung des Lehrerzimmers | Neues Pausenkonzept Gesundes Mittagessen |
| | |



Unser Haus der gesunden Schule:
Strukturen



Unser Haus der gesunden Schule

Lehrer Schüler Schulleitung Eltern

Kommunikation

| | |
|--|--|
| Infoveranstaltung für Lehrer, Schüler und Eltern zu Zielen, Inhalten und Beteiligung im Projekt | Workshop Lehrerteam »Betroffene zu Beteiligten« |
| Teamfindungswochenende | Workshop Schüler »Betroffene zu Beteiligten« |
| Austauschworkshop aller Projektschulen mit Lehrer-, Schüler- und Elternvertretern | Abschlussworkshop aller Projektschulen mit Lehrer-, Schüler- und Elternvertretern |
| Vorträge für Eltern | Poster, Projektaushänge zu Projektaktivitäten |
| | |



Die Gesundheitskasse für Sachsen und Thüringen.



Freistaat Thüringen
Ministerium für Bildung, Wissenschaft und Kultur



TECHNISCHE UNIVERSITÄT DRESDEN

Unser Haus der gesunden Schule:
Kommunikation



Unser Haus der gesunden Schule

Lehrer Schüler Schulleitung Eltern

Maßnahmen

| | |
|--|---|
| Projekte/Projektwoche zu: Bewegung, gesunder Ernährung, Nichtraucher, Suchtprävention | Verbesserung Angebot Kiosk, Schulspeisung, Cafeteria, Schulung Küchenpersonal |
| Ernährungsprojekte »Impulse« »AID Ernährungsführerschein« »Gesunde Ernährung« | Elternabende zu: Sucht, Drogen und gesunder Ernährung Stressbewältigung |
| Projekttag »Gesundes Frühstück« zum 1. Schultag, Unterricht zu gesunder Ernährung, gesundem Ernährungsverhalten der Schüler Milchparty und gesunde Pause | Wanderausstellung zu Gewalt |
| Lehrer: Stressbewältigungsangebote Veranstaltung zu Lehrgesundheit Praxisseminar Entspannung | Neue Sportgeräte für aktive Pause |
| Lehrer: Monatliche Gesundheitstraining Stimmtraining, Moderatorenschulung »Soziales Lernen« | Spendenauf Ruf Zusammenarbeit Gemeinde |



Die Gesundheitskasse für Sachsen und Thüringen.



Freistaat Thüringen
Ministerium für Bildung, Wissenschaft und Kultur



TECHNISCHE UNIVERSITÄT DRESDEN

Unser Haus der gesunden Schule:
Maßnahmen

Erfolgsfaktor: Sich auf wenige Maßnahmen konzentrieren, die den gesetzten Zielen dienen und mit vertretbarem Aufwand zu realisieren sind.
Mehr Wert auf Ressourcenarbeit und Kommunikation legen und Betroffene zu Beteiligten wandeln.

Begleiten

Die Schulen zum Austausch anzuregen und ihnen in Workshops eine geeignete Plattform dazu zu geben ist ebenfalls eine Empfehlung aus unseren Projekten heraus.

Die Verbindung von freien Austauschformen sowie strukturierten Methoden (wie z.B. strukturierte Poster) ist aus unserer Sicht für Schulen besonders geeignet.

Der Austauschworkshop

Zielsetzung der Austausch- und Bilanzworkshops war in unserem Projekt die Erzeugung intrinsischer Motivation, d. h. die Absicht, „Betroffene zu Akteuren“ zu machen, ihre Vernetzung sowie in den schulischen Prozessen eine höhere Stufe der Partizipation zu erreichen. Die Planung, methodische und organisatorische Vorbereitung sowie die Finanzierung des Workshops wurden durch die Projektpartner realisiert.

Zu einem ersten Austauschworkshop wurde nach einem Projektjahr eingeladen. Die Schulen erhielten die Möglichkeit, erste Erfahrungen bzw. den derzeitigen Projektstand zu präsentieren und darüber mit anderen Schulen zu diskutieren. Der Nutzen für die schulischen Prozesse, Erfahrungen, aber auch Stolpersteine standen im Mittelpunkt des Austausches.

Die Workshopziele:

- Der Workshop soll Sie bei der weiteren Umsetzung Ihrer Projekte unterstützen!
- Tauschen Sie sich mit Vertretern von anderen Schulen aus!
- Lernen Sie von den erfolgreichen Ideen anderer!
- Lernen Sie von Stolpersteinen anderer!
- Entwickeln Sie gemeinsame Ansätze trotz Ihrer Unterschiede!
- Vernetzen Sie sich!
- Schauen Sie über Ihre Schule und über Ihre Schulform hinaus!
- Lassen Sie sich anstecken und nehmen Sie neue Ansätze mit in Ihren Steuerkreis!

Die Teilnehmer wurden zu Beginn der Veranstaltung mit einer Thesenabfrage begrüßt:

Abstimmung mit Bällen

Welcher These stimmen Sie am stärksten zu?



Thesen

1. Gesunde Lehrer sind die Basis für gute Lernergebnisse der Schüler.
2. Teamarbeit an der Schule fördert die Zufriedenheit von Lehrern und Schülern.
3. Schüler sind Ideenlieferanten für nachhaltige Projekte.
4. Gesundheitsförderung geht über Bewegung-Ernährung-Entspannung hinaus.
5. Schulentwicklung ist dann erfolgreich, wenn sie die Lehrer und Schüler als Aktive einbezieht.

Um besonders die Vernetzung zwischen den Vertretern aus den verschiedenen Statusgruppen (Pädagogen, Projektleiter, Schüler, Eltern, ...) zu erzielen, wurden die

Namensschilder entsprechend markiert und die Teilnehmer wurden aufgerufen, ihre fünf Exemplare der Namensschilder an andere weiterzugeben:

Vernetzen Sie sich!!!

- Sie haben 5 Exemplare Ihrer Namensschilder erhalten
- Die verschiedenen Farben der Namensschilder bezeichnen die unterschiedlichen Akteure im Projekt.
- Vergeben Sie diese im Laufe der Veranstaltung an die Personen aus einer anderen Schule, mit denen Sie sich nach der Veranstaltung zu einzelnen Projektinhalten und Ideen austauschen wollen!

| | |
|---|------------------|
|  | Schulleiter |
|  | Projektleiter |
|  | Elternvertreter |
|  | Lehrervertreter |
|  | Unterstützer |
|  | Schülervertreter |



Nach einer Eröffnungstalkrunde mit der Entscheidungsebene der AOK PLUS und des TMBWK wurde der Marktplatzaustausch an Projektpostern eingeleitet. Alle beteiligten 16 Schulen hatten ein strukturiertes Poster

zu ihrem derzeitigen Projektstand erarbeitet. An diesen Postern entstand ein reger Austausch zwischen den verschiedenen Teilnehmern.

Gesunde Lebenswelt Schule – das PLUS für alle

Lehrer
Schüler
Schulleitung
Eltern

Name der Schule

Musterschule

Projektstand aktuell

Ergebnisse messen
 Nachhaltigkeit, Verankerung

Schwerpunkte setzen
 Maßnahmen umsetzen

Maßnahmen bewerten
 Ziele anpassen

Gründung Steuerkreis
 Information aller

Ausgangsanalyse
 Schüler
 Lehrer

Analysen auswerten
 Ziele fixieren

Ergebnisse Ausgangsanalyse
(Schülerbefragung und/oder Lehrerbefragung)

Stärken unserer Schule:

- gute Unterrichtsqualität
- gute räumliche Ausstattung

Baustellen unserer Schule:

- Lehrbelastung (Krankenstand)
- gesunde Lebensweise
- schülerzentrierte Bezugsnorm der Lehrkräfte

Kontaktpartner

Projektleiter: Frau Mustermann
 Telefon:
 E-Mail:

Projektsteuerkreis

stellv. Schulleiter, Projektleiter (Lehrer), 2 Lehrer, ein Schüler, AOK-Berater

Projektziele

Ziel 1

Stressreduzierung der Lehrer und Schüler (Vertretungen) - Lehrerbefragung

Ziel 2

Angebot einer gesunden Pausenverpflegung

| INTERN | Hilfreich im Prozess | Hinderlich im Prozess |
|--|--|-----------------------|
| - viele PC-Kabinette - eigene Küche | Zeitbedarf für Prozess der Eigenverantwortlichen Schule | |
| EXTERN | Hilfreich im Prozess | Hinderlich im Prozess |
| AOK, TU Dresden, regionale Firmen Erdgaspokal, Stadtwerke | mangelnde Schülerzahlen bei Vollzeitausbildung | |

Nächste Schritte im Projekt

Lehrerbefragung (IEGL)
 Auswertung der erfassten Daten
 Mission Olympic, Sportfest

Nach Beendigung der Diskussionen an den Marktplätzen wurden die Teilnehmer aufgefordert, ihre Erkenntnisse auf den „Aktivitätenbrief an mich selbst“ zu notieren. Anschließend haben sich die Teilnehmer einer Schule an ihrem eigenen Schulposter zu diesen Erkenntnissen ausgetauscht und die drei interessantesten Projektansätze und Ideen anderer Schulen zur Nachnut-

zung auf dem „Aktivitätenbrief an unseren Steuerkreis“ notiert. In einer der nächsten Steuerkreisberatungen sollten die Teilnehmer darüber berichten und eine „Nachnutzung“ beraten.

Am Nachmittag wurde nach der Methode „World Café“ zu verschiedenen Themen gemischt diskutiert.

Die Café-Regeln

World Café

- Genießen Sie interessante Gespräche an unseren Cafétischen.
- Jeder Cafétisch wird von AOK-Beratern begleitet.
- Jeder Cafétisch hat 10 Plätze - wenn diese besetzt sind – suchen Sie bitte ein anderes Café auf.
- Schreiben, kritzeln oder malen Sie erste Ideen und Stichworte auf die Tischecken.
- Der Erfahrungstransfer aus jedem Café wird in die Workshopdokumentation aufgenommen.

Die Café-Themen

Unsere Cafétische

1. **Reden ist Silber - Schweigen ist Gold?**
Wie kommuniziere ich erfolgreich intern und extern zum Projekt?
2. **Stell Dir vor, alle machen mit ..**
Wie beziehe ich alle in den Prozess mit ein (Lehrer, Schüler, Eltern) und schaffe Begeisterung?
3. **Partnerwahl, Partnersuche, Vernetzung**
Welche regionalen Partner können wir auf dem Weg zur gesunden Schule eingebunden werden? Von erfolgreichen Einmalaktionen hin zu Dauerbrennern!
4. **Wohlfühlschule - gibt es die?**
Was brauche ich, um mich bei meiner Arbeit/meinem Lernen in der Schule wohl zu fühlen? Wo sind meine Energiequellen?
5. **Stolpersteine sind Chancen!**
Welche Stolpersteine auf dem Weg zur gesunden Schule haben wir erkannt und wie bewältigt?

Die Ergebnisse der Café-Tische wurden durch Teilnehmer (Schüler, Pädagogen) zusammengefasst und allen Teilnehmern präsentiert. Alle Unterlagen wurden in

einer Tagungsdokumentation abgebildet. Diese finden Sie auf der Internetseite der AOK PLUS.

Der Bilanzworkshop

Zum Projektabschluss trafen sich die Vertreter der schulischen Steuerkreise, Schulleiter, Eltern- und Schülervertreter aller 16 Pilotschulen, die Vertreter der Schulleiter und des Thüringer Unterstützungssystems für Schulen sowie die Berater Gesundheitsförderung der AOK PLUS zu einem Abschluss-Workshop.

Ziele der Veranstaltung waren der Erfahrungsaustausch zu den Projektergebnissen und Best-Practice-Modellen, die Wertschätzung für die geleistete Arbeit sowie Beratung zu ersten Ergebnissen der Evaluation und Nachhaltigkeit der Projekte.

Die Teilnehmer wurden zu Beginn der Veranstaltung auf eine Baustelle „Haus der gesunden Schule“ geführt. Ziel war es, die Komplexität der Prozesse sowie die Vielfalt der Aktivitäten an allen Schulen gemeinsam abzubilden. Gleichzeitig wurden nochmals die Projektprinzipien wie „Analyse vor Intervention“, „Strukturen schaffen Nachhaltigkeit“ oder „Verhaltens- und Verhältnisprävention“ dargestellt (siehe Kapitel „Vielfalt Intervention“).

Nach einer Eröffnungstalkrunde wurde der Marktplatzaustausch an Projektpostern eingeleitet.

Nach Beendigung der Diskussionen an den Marktplätzen konnten die ersten Ergebnisse der Projektevaluation vorgestellt werden. Anschließend tauschten sich die Vertreter gleicher Schulformen zu ihren Projekterfahrungen aus:

- Partizipation der Schüler im Prozess
- Rolle des Steuerkreises (Struktur und Arbeitsweise)
- Stolpersteine und ihre Lösungen im Projekt
- Methoden im Prozess

Die Ergebnisse der einzelnen Workshop-Gruppen wurden im Plenum zusammengetragen.

Zur Sicherung der Nachhaltigkeit der Projekte und der Einbindung der Erfahrungen aus den Projekten in das Thüringer Unterstützungssystem sammelten die Vertreter einer Schule gemeinsam Gedanken zu folgenden Fragen:

- Welche **bisherigen** Gesundheitsthemen wollen Sie an Ihrer Schule fortsetzen bzw. vertiefend bearbeiten?
- Welche **neuen** Gesundheitsthemen wollen Sie an Ihrer Schule zukünftig angehen?
- Brauchen Sie Unterstützung durch das Schulamt? Wenn JA, wobei?
- Wer ist an Ihrer Schule zukünftig der Hauptansprechpartner für das Schulamt?

Anschließend wurden die Verantwortlichen für das Thema Gesundheit je Schule mit den Vertretern der anwesenden Schulleiter „vernetzt“. Alle Unterlagen wurden in einer Tagungsdokumentation abgebildet. Diese finden Sie auf der Internetseite der AOK PLUS.



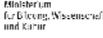
Best Practice für Veränderungen
Gesunde Lebenswelt Schule – das PLUS für alle

Lehrer Schüler Schulleitung Eltern

| | |
|--|---|
| Name der Schule | Kontaktpartner |
| | Steuergruppe (Schulleiter, Projektleiter, AOK PLUS-Berater, Sozialarbeiter, 2 Lehrer) |
| Thema | Ausgangspunkt |
| Tag der Schulgesundheit für Schüler und Lehrer | - Eltern/Familien leben gesunde Lebensweise immer weniger vor; Verantwortung wird immer mehr auf die Schulen verlagert - Ernähr.- u. Bewegungsverh. Schüler tw. bedenklich |
| Ziel | Beteiligung |
| - nachhaltige Motivation zur gesunden Lebensweise - Prävention Fehlverhalten Ernährung, Bewegung, Stress - Entspannung für Lehrer | - Berater der AOK PLUS; Tanzlehrer/Trainer/SV - Mitarbeiter Physiotherapie; Unfallkasse Thüringen Sozialarbeiter - 260 Schüler; 26 Lehrer |
| Maßnahmen/Methoden | Erfolge/Effekte |
| - Projekttag mit 21 Referenten (keine Lehrer!) und 52 Workshops in 4 Blöcken mit 2 großen Pausen - Herstellung eines gesunden Frühstücks für gut 300 Personen - bewegungsfreundliche Pausen - Entspannungs- und Diagnoseangebote für Lehrer | - sehr angenehme Atmosphäre - Effekt der „fremden Gesichter“ sehr positiv - Schultag mit entspanntem Lehrer-Schüler-Verhältnis - Referenten verstehen Schule besser |
| Stolpersteine | Nachhaltigkeit |
| - knappe Vorbereitungszeit, Kommunikation sehr aufwendig; zeitlicher Aufwand der Vorbereitungen überschreitet deutlich die Dienstzeit - ohne AOK PLUS-Unterstützung unmöglich | - schwer einschätzbar - täglicher Unterricht muss präventiv unterstützen - Ganztagesangebote der Schule verstärken Nachhaltigkeit |





 Die Gesundheitskasse für Sachsen und Thüringen.
 



Die Beteiligung aller Gruppen (Pädagogen, Schüler, Eltern, Schulleiter) bei solchen Workshops ist für die Prozesse sehr förderlich und methodisch sehr gut umsetzbar. Schüler, welche die Gruppenergebnisse von Arbeitsgruppen mit Pädagogenvertretern vor einem Gremium vorstellen, begeistern.

Beratung zur Schulentwicklung

Schulen gestalten eigenständig sehr erfolgreich kurzzeitige Projekte oder Aktionstage zum Thema Gesundheit für ihre Schüler. Handlungsstrategien als salutogenetische Prozesse zu gestalten, besonders die Verbindung Pädagogen- und Schülergesundheits sowie Verhaltens- und Verhältnisprävention, fällt Schulen erfahrungsgemäß schwerer. Für die Gestaltung einer gesunden Schule als Organisationsentwicklungskonzept, wie z.B. das Betriebliche Gesundheitsmanagement, ist die externe Betreuung über Organisationsberater zielführend. Solche Berater können aus externen Organisationen, wie z.B. Kranken-

kassen, oder aus den Strukturen der Schulentwicklungssysteme, wie z.B. Schulpsychologen, herangezogen werden.

Eine Investition in Beratung schulischer Steuergruppen ist Hilfe zur Selbsthilfe und wirkt nachhaltig.

Erste Schritte zu Beginn der Prozesse: Information über bisherige Aktivitäten sowie parallel laufende Aktivitäten an den Schulen erfragen, Prozessverständnis schaffen, Erwartungen und Prioritäten klar kommunizieren, Partizipation als Grundgedanken deutlich herausstellen, Rolle der Schulleitung klären.

Die Berater müssen fachlich gut gerüstet sein, im Prozess ihre eigene Rolle vorab genau klären und diese auch in der Schule kommunizieren. Sie müssen sich die Zeit für das Abstimmen der Projektstruktur nehmen und zugleich erste passende Maßnahmen mit kurzfristigen Ergebnissen anregen.

Checklisten

Checkliste für einen schulischen Projektleiter

Auswahl Interessierter:

- Schulleitung, projektverantwortliche Pädagogen, Schülervertreter, Pädagogenvertreter, nichtunterrichtendes Personal, Elternvertreter (nur sinnvoll bei kleineren Schülern), externe Berater, Schulamts,...
- Schlüsselfrage: Passt die Zusammensetzung zum gesteckten Ziel?
- K.-o.-Kriterien: Zusammensetzung des Steuerkreises ohne Entscheider

Gestaltung der ersten Sitzungen des Steuerkreises:

- Vorab: Ermitteln, was an Analysen in der Schule schon vorhanden ist bzw. was schon alles initiiert wurde
- Vorstellungsrunde: 2–3 Sätze zur Person und Funktion
- Überblick über Prozess geben: Was wollen wir? Wie wollen wir dahin?
- Steuerkreis festmachen: Wer? Wie oft? Wo? Wann? Wie dokumentieren?

- Festlegung von Terminen und Zeiten sowie von Kommunikationswegen
- Information zur Ausgangsanalyse (Schulprofil) und Einbindung in den Prozess
- Am Ende immer einen Maßnahmenplan verabschieden und am Anfang der nächsten Sitzung nachhalten und kontrollieren (Was? Wer? Wann? Erledigt?)

- Ziele klar benennen und in der Schule kommunizieren
- Möglichst früh Erfolgskriterien der Arbeit festlegen und den Ist-Stand dazu erfragen
- Prioritäten in der Schule klären, abklären, was wir sonst noch wissen sollten
- Klar sagen, was geht und was nicht (Auftragsklärung)
- Entschleunigung des Prozesses durch Unterteilung in kurzfristige Erstmaßnahmen und langfristige Maßnahmen
- Analyse vor Intervention
- Weitere Analyse je nach Schwerpunktsetzung nutzen

Checkliste Projektumsetzung

Vorbereitung des Projektes mit Schulen durch den zentralen Steuerkreis:

- Begrenzung der Anzahl der teilnehmenden Schulen
- Projektantrag mit Detailfakten erarbeiten
- Vorab sicherstellen, dass die Ressourcen an den Schulen vorhanden sind (voraussichtliche Zeitaufwände besprechen, Arbeitszeit einkalkulieren, Arbeit auf viele Schultern verteilen)
- Vorab sicherstellen, dass die Ziele an den Schulen klar und realistisch formuliert werden
- Vertreter der Schulen und Schulämter für zentralen Steuerkreis des Projektes gewinnen
- In den Steuerkreisen der Schulen sollen neben Entscheidern der Schule, die Pädagogen, aber auch zwingend Vertreter der Schüler (und wo sinnvoll der Eltern) dabei sein

Kommunikation im Projekt:

- Ist Muss-Bestandteil jeder Steuerkreissitzung: Welche Fragen gibt es? Wie kommunizieren wir die Ergebnisse?
- Termine am Anfang für das ganze Jahr festlegen, sich an Schulzeiten halten
- Projektzyklus anfangs erklären und immer wieder zum Stand einordnen
- Pädagogengesundheit unbedingt in den Fokus nehmen

Einbindung der Pädagogen:

- Regelmäßig über Stand berichten und wichtige Entscheidungen durch Pädagogenkonferenz abstimmen lassen
- Kommunikation auf viele Schultern verteilen
- Kleine Erfolge gleich zu Beginn ermöglichen
- Austausch zwischen den Schulen einer Art fördern
- Mit Feedback für Pädagogen arbeiten (ASiA)
- Beziehungsthemen mutig angehen
- Konkrete Aufträge an Schulamts geben

Erste Schritte im Projekt an der Schule:

- Bestehende Strukturen und vorhandene Evaluationsergebnisse erfragen
- Zuerst Kommunikationsverbindungen etablieren (zu Leitung, Schulämtern, Steuerkreis-Arbeitsgremium, zu Schülern und Eltern)

Fallberatung

Literatur: Kim-Oliver Tietze: Kollegiale Fallberatung. Problemlösungen gemeinsam entwickeln. (Verlag: rororo; 2003)

Berater, welche Schulen in ihrem Engagement unterstützen, sollten sich ernsthaft und verantwortungsvoll auf dieses Setting vorbereiten. In der Fallberatung suchen beruflich Gleichgestellte gemeinsam nach Lösungen für ein konkretes Problem (für einen „Fall“). Der „Fallgeber“ schildert den „Beratern“ die Situation und lässt sich von diesen beraten. Die Berater müssen dabei nicht direkt mit dem Fall zu tun haben. Fallberatung unterstützt die Akteure in der projektbezogenen Kommunikation und stabilisiert die Berater in ihrer beruflichen Rolle und hält sie handlungsfähig.

Rahmenbedingungen und Struktur von kollegialen Fallberatungen

Kollegiale Beratung ...

... ist ein strukturiertes Beratungsgespräch in einer Gruppe, in dem ein Teilnehmer von den übrigen Teilnehmern nach einem feststehenden Ablauf mit verteilten Rollen beraten wird, mit dem Ziel, Lösungen für eine konkrete berufliche Schlüsselfrage zu entwickeln.

Kollegiale Beratung ...

... findet ohne spezialisierten Coach oder Supervisor statt. Kollegiale Beratung kann professionelle Beratung nicht ersetzen, wohl aber gut ergänzen.

Supervision und externe Beratung werden weiterhin bei vielschichtigen, langwierigen und komplexeren Problemkonstellationen notwendig bleiben.

Rollen in der kollegialen Beratung:

- Fallerzähler, Moderator, Berater, Sekretär und Prozessbeobachter

Die sechs Phasen der kollegialen Beratung:

1. Casting (Rollen besetzen)
2. Spontanbericht des Fallerzählers
3. Schlüsselfrage
4. Methodenwahl
5. Beratung
6. Abschluss

Haltung der Berater:

- Der Fallerzähler ist der Experte seines Problems
- Dialog auf gleicher Augenhöhe
- Respekt vor der Perspektive des Fallerzählers
- Die Vielfalt der Lösungsoptionen erhöhen
- Orientierung am Anliegen des Fallerzählers
- Die Berater verfügen nicht über bessere Zugänge zur Wirklichkeit

Moderatorenrolle:

- Rotationsprinzip
- Wahl durch Fallerzähler
- Wahl anhand anderer Kriterien (Thema)

Auswahl der Anliegen ...

... erfolgt nach Dringlichkeit und Wichtigkeit

Modell für den Ablauf einer kollegialen Fallberatung:

1. Der/die Fallbringer/in schildert seinen/ihren Fall.
2. Die Gruppe versucht, weitere Informationen durch offene Fragen über den geschilderten Sachverhalt zu bekommen. Es wird der Hintergrund ausgeleuchtet.
3. Die gewonnenen Informationen und Eindrücke werden von der beratenden Gruppe miteinander ausgewertet. Es werden alle Einfälle und Hypothesen gesammelt.
4. Die Gruppe einigt sich auf brauchbare Hypothesen. Der/die Fallbringer/in äußert sich dazu. Die eventuell aufkommenden Einwände werden erörtert.
5. Auf Basis des gemeinsam erarbeiteten Problemhintergrunds werden mögliche Handlungsoptionen von der Gruppe überlegt.
6. Der/die Fallbringer/in äußert sich zu den vorgeschlagenen Lösungen und Handlungsoptionen. Es werden die Machbarkeit bzw. die Realisierbarkeit erörtert.
7. Auswertung des Prozesses

Methoden in der kollegialen Fallberatung:

Grundsätzliches

- Die Methoden sind in der Fallbearbeitung Strukturierungsangebote bzw. -hilfen. Ihre Elemente ermöglichen Reflexion, leiten Denkprozesse an, fokussieren, verdichten, reduzieren und erhöhen die Komplexität, steuern, geben Sicherheit, machen Verhalten in sozialen Kontexten erwartbar. Auf der anderen Seite engen sie ein, verhindern die Beobachtung außerhalb des Rahmens, der Struktur, bringen bestimmte Ergebnisse hervor, andere nicht, verhindern Kreativität des Chaos und der Unbegrenztheit.
- Die Methoden dienen der Analyse, sind lösungsorientiert und zielen auf Perspektivwechsel und Anteilnahme.
- Die Wahl der Methoden richtet sich nach dem Thema, den Bedürfnissen und dem Wunsch des Falleinbringers, der Grupsituation sowie den Fähigkeiten und Möglichkeiten des Moderators.
- Die Methoden sollten kein Experimentierfeld sein, sondern immer am Inhalt und der Fragestellung des Falleinbringers orientiert sein.

Basismethoden nach Tietze:

| | | | |
|-----------------------------|---|---|--|
| Brainstorming | Lösungsideen für den Fall Erzähler sammeln | lösungsorientiert | Was könnte man in einer solchen Situation alles tun? |
| Kopfstand Brainstorming | Ideen in die Gegenrichtung der Schlüsselfrage produzieren | lösungsorientiert | Wie könnte der Fall Erzähler die Situation verschlimmern? |
| Ein erster kleiner Schritt | Den Anfang für einen Lösungsweg finden | lösungsorientiert und strukturierend | Was könnte der nächste Schritt für den Fall Erzähler sein? |
| Gute Ratschläge | Empfehlungen für den weiteren Lösungsweg zusammentragen | lösungsorientiert | Welche Ratschläge habe ich für den Fall Erzähler? |
| Resonanzrunde | Feedback in Bezug auf die Spontanerzählung | teilnehmend | Was löst die Fall Erzählung bei mir an inneren Reaktionen aus? |
| Sharing | Bezug zu eigenen ähnlichen Erlebnissen herstellen | teilnehmend | An welche eigene Erfahrung erinnert mich die Falldarstellung? |
| Schlüsselfrage (er-)finden | Schlüsselfrage für den Fall Erzähler finden | strukturierend und die Perspektive verändernd | Was könnte die Schlüsselfrage des Fall Erzählers (noch) sein? |
| Zwei wichtige Informationen | Die Informationen der Fallschilderung neu gewichten | strukturierend | Was sind für mich die beiden wichtigsten Informationen? |
| Kurzkommentare | Stellungnahmen zum Geschehen abgeben | teilnehmend und lösungsorientiert | Was ist mir an dem Inhalt oder der Art der Fall Erzählung aufgefallen? |
| Erfolgsmeldung | Faktoren beschreiben, die zum Erfolg geführt haben | lösungsorientiert | Wie hat der Fall Erzähler seinen Erfolg wohl erreicht? |

Auswahl an Supervisions-Tools

Analoge Rückmeldung

Ziel: Feedback, das die analoge Reflexionsbereitschaft öffnet und erste Hinweise auf Lösungen geben soll. Kreative Beiträge erleichtern das Öffnen der Denk- und Fühlräume aller Beteiligten. Das Tool aktiviert die rechte Hirnhemisphäre.

1. Instruktion, dass Bilder, Szenen und Assoziationen gesammelt werden, die während der Fall Erzählung bei den Zuhörenden entstehen. Einigung auf die

Weiterarbeit mit Metaphern (Bilder, Bewegungen, Szenen, Märchen o. Ä.). Im Folgenden liegt der Fokus auf „Bilder“.

2. Die Beteiligten achten auf Bilder, die vor dem inneren Auge auftauchen.
3. Nur die wichtigsten Verständnisfragen sind zuzulassen.
4. Die Beteiligten malen ihr assoziiertes Bild auf.
5. Die Bilder werden vorgestellt, nur der Falleinbringer reagiert auf die Bilder, kommentiert, was ihm neu, was ihm fremd ist, womit er sich verstanden fühlt.

6. Die bildhafte Darstellung des Feedbacks ermöglicht dem Falleinbringer, auch scheinbar unangenehme Rückmeldungen entgegenzunehmen.
7. Abschließendes Feedback des Falleinbringers zu seinen Erkenntnissen und Lösungsideen bezugnehmend auf die Elemente aus den Bildern, die er mitnehmen will und die ihn begleiten werden.

Der Moderator sollte Erfahrung im Umgang mit analogen Methoden haben, bei gravierendem Widerspruch eignet sich diese Methode nicht.

Die Systemskulptur

Ziel: Visualisierung und Erlebarmachung des eingebrachten problematischen Systemfalls als „leibhaftiges Foto“ mit abschließendem Lösungsbild

1. Schilderung des Systems (ca. 7 Minuten)
2. Der Falleinbringer wählt aus der Gruppe die darzustellenden Personen, auch eine für sich selbst, und weist sie kurz in die Rollen ein. Dann modelliert er sein Bild des Systems, formt die Personen nacheinander – wie Gliederpuppen – und stellt sich selbst dazu.
3. Moderator: „Ich möchte Dich bitten, alle Personen des Systems in eine Skulptur zu verwandeln. Du kannst sie stellen, setzen, legen, so wie du sie siehst, im Abstand zueinander, weit entfernt, nah, ganz nah, kniend, auf einem Stuhl stehend, ganz, wie du sie zueinander erlebst. Dann tust du so, als wären die Personen eine durch deine Hände zu formende Modelliermasse. Gestalte die

Arme und Hände. Strecken die Personen die Hände aus, wenn ja, nach wem bzw. in welche Richtung? Wie ist ihr Gesichtsausdruck, wo schauen sie hin, wen schauen sie an, lächeln sie, sind ihre Mundwinkel nach unten gezogen?

4. Zum Schluss stellt er sein Double dazu, in der Position, Mimik und Gestik, wie er sich im System stehend sieht, und tauscht erst dann den Platz mit dem Double, wenn das Bild fertig ist.
5. Der Moderator gibt die Anweisung, dass alle in der vorgegebenen Haltung wie gemeißelt verharren und dabei in sich hineinfühlen. Sie achten darauf, welche Körperempfindungen und Gefühle, welche Gedanken, Wünsche und Bedürfnisse sie wahrnehmen.
6. Der Moderator befragt alle Personen innerhalb der Skulptur, zum Schluss den Falleinbringer.

Auswertungs- und Feedbackfragen:

- In welche Haltung und Position wurde ich gebracht?
- In welche horizontale Richtung und auf welche vertikale Ebene wurde ich gestellt?
- Wie erlebe ich mich in dieser Position?
- Sind Position und Haltung für mich annehmbar?
- Wie stehe ich zu den Einzelnen?
- Welche Gefühle habe ich?
- Was hätte ich mir gewünscht, wie möchte ich zu den anderen stehen?

Entwicklung eines Lösungsbildes:

Der Moderator bittet die Beteiligten noch einmal, die gestellte Position einzunehmen, sich erneut einzufühlen mit all den Informationen, die sie aus den Auswertungsfragen erhalten haben, und dann eigenen Impulsen nachfolgend, aus ihrem

Körpergefühl heraus, eine Bewegung, eine Veränderung ihrer Position vorzunehmen in eine Richtung und Gestalt, in der sie sich wohlfühlen.

Daraus ergeben sich Handlungsmöglichkeiten, die Antworten geben auf die Frage des Falleinbringers, bis hin zur Veränderung seiner Eingangsfrage. Der Moderator muss Kompetenzen haben, systemisch zu denken und Freude an der kreativen Darstellung haben. Er muss in der Lage sein, ein Klima von Vertrauen, Wertschätzung und Sicherheit zu schaffen.

Messen

Die schulischen Steuerkreise sollten zu Beginn konkrete Ziele und Erfolgskriterien festlegen und Vorher-Messungen durchführen. Dabei ist unabdingbar: die Analyse der Pädagogengesundheit mit der der Schüler

zu koppeln! Zum Projektende sollte die Steuergruppe einen Vergleich der Veränderung seit Projektbeginn und der Veränderung zum Optimum durchführen.

Evaluationsbogen der Gesundheitsförderung

Datum:

Organisation:

Berater:

Ausgefüllt durch: Vertreter der Schule AOK-Berater:

1. Welche Ziele wurden mit der/den Gesundheitsförderungs- (GF) Maßnahme(n) verfolgt?

Reihenfolge von Maßnahmen:

Ziel 1:

Ziel 2:

Ziel 3:

Bitte beurteilen Sie nun auch, inwieweit die oben benannten Ziele erreicht wurden.

| | gar nicht | 1-20 % | 21-40 % | 41-60 % | 81-100 % |
|---------|-----------|--------|---------|---------|----------|
| Ziel 1: | | | | | |
| Ziel 2: | | | | | |
| Ziel 3: | | | | | |

2. Wer bildete die Zielgruppe der Maßnahme(n)?

- die gesamte Schule als Organisation
- die gesamte Pädagogenschaft
- die gesamte Schülerschaft
- die gesamte Elternschaft
- nichtunterrichtendes Personal
- einzelne Gruppen, und zwar:.....

3. Welche Maßnahmen und Aktivitäten der GF wurden von der AOK PLUS in Ihrer Organisation begleitet und unterstützt?

Maßnahme 1:.....

Maßnahme 2:.....

Maßnahme 3:.....

Evaluation der Effekte der Maßnahmen zur Gesundheitsförderung für die Organisation

Um eine Maßnahme als erfolgreich bezeichnen zu können, ist es erforderlich, neben der eben besprochenen Frage der methodischen Qualität ihre Wirksamkeit, also die damit erzielten Ergebnisse, zu messen. Hier geht es darum, „es richtig zu tun“. Die erzielten Effekte können sehr vielfältig sein. Deshalb sollen vier Wirkungsebenen erfasst werden: **Zufriedenheit, Lerngewinn, Anwendung in der Praxis (Transfer) und Ergebnisse für die Organisation.**

Da sich die Maßnahmen auf Schüler und Pädagogen bezogen, sollen die Ergebnisse für beide Zielgruppen getrennt erfasst werden. Bitte **kreuzen Sie zunächst an, wie Sie die Effekte in Bezug auf die Schüler einschätzen und machen Sie je Zeile einen Haken (✓) für die Einschätzung in Bezug auf die Pädagogen.** Wo die Unterscheidung keinen Sinn macht, reicht ein Kreuz je Zeile

X = bezogen auf Schüler; ✓ = bezogen auf Pädagogen

| | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |
|--|-----------------|----------------------|-------------|----------------|------------------|
| | Trifft nicht zu | Trifft eher nicht zu | Teils-teils | Trifft eher zu | Trifft völlig zu |

Z Ebene der Zufriedenheit

Wie reagieren die Beteiligten auf die Maßnahme? Welche Gefühle und Einstellungen sind damit verbunden? Wie zufrieden sind die Teilnehmer mit Inhalten, Trainer, Material und organisatorischer Gestaltung der Maßnahmen?

| | | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |
|-----|--|---|---|---|---|---|
| Z 1 | Beteiligung an den Maßnahmen war hoch | | | | | |
| Z 2 | Maßnahmen wurden von den Schülern/Mitarbeitern akzeptiert | | | | | |
| Z 3 | Angebote sind auf die Organisation zugeschnitten | | | | | |
| Z 4 | Beteiligte waren mit der Beratung/der Unterstützung durch die AOK PLUS zufrieden | | | | | |

X = bezogen auf Schüler; ✓ = bezogen auf Pädagogen

| | 0 | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |
|--|-----------------|----------------------|----------------------|------------------|------------------|------------------|
| | Trifft nicht zu | Stark verschlechtert | Etwas verschlechtert | Gleich geblieben | Etwas verbessert | Stark verbessert |

L Ebene des Lerngewinns

Wie haben sich Wissen, Einstellungen und/oder Fähigkeiten entwickelt?

| | | 0 | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |
|-----|---|---|---|---|---|---|---|
| L 1 | Handlungsrepertoire der Schüler/Mitarbeiter hat sich erweitert | | | | | | |
| L 2 | Wissen um den Zusammenhang von Arbeit und Gesundheit bzw. Gesundheit und Arbeitserfolg wurde erhöht | | | | | | |
| L 3 | Umgang mit Fehlern hat sich verbessert, z.B. Suche nach Lösungen statt Suche nach dem Schuldigen | | | | | | |
| L 4 | Wissen um Möglichkeiten externer Unterstützung für die GF hat sich verbessert | | | | | | |
| L 5 | Gesundheitsbewusstsein ist gestiegen | | | | | | |

T Ebene des Transfers (Prozessqualität wurde umgesetzt)

Wird das Gelernte tatsächlich in der täglichen Arbeit und im Organisationsalltag angewendet?

| | | 0 | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |
|------|--|---|---|---|---|---|---|
| T 1 | Schulische Strukturen zur GF sind etabliert worden (z.B. Verantwortliche/Projekte) | | | | | | |
| T 2 | Ressourcen für GF wurden erhöht (personal/organisational) | | | | | | |
| T 3 | Anerkennungsstruktur wurde aufgebaut (MA-Gespräche, systematische Rückmeldungen, Qualifizierung) | | | | | | |
| T 4 | Gesundheitsgerechtere Mitarbeiterführung | | | | | | |
| T 5 | Verantwortlichkeiten sind eindeutiger geklärt | | | | | | |
| T 6 | Verantwortliche der Schulämter werden stärker einbezogen | | | | | | |
| T 7 | Wissen und Ideen der Schüler/Mitarbeiter werden mehr einbezogen | | | | | | |
| T 8 | Kommunikation und Information zwischen allen Beteiligten bzw. allen Hierarchieebenen und Beteiligtegruppen hat sich verbessert | | | | | | |
| T 9 | Kooperation zwischen den Beteiligten hat sich verbessert | | | | | | |
| T 10 | Arbeitsbedingte körperliche Belastungen wurden reduziert | | | | | | |
| T 11 | Arbeitsbedingte psychische Belastungen wurden reduziert | | | | | | |
| T 12 | Gesundheitsförderlichere Gestaltung von Lehr- und Lernbedingungen | | | | | | |
| T 13 | Gesundheits- und Arbeitsschutzstrukturen wurden optimiert | | | | | | |
| T 14 | Verbesserung der Vereinbarkeit von Beruf und Familie | | | | | | |

X = bezogen auf Schüler; ✓ = bezogen auf Pädagogen

| | | | | | |
|-----------------|----------------------|----------------------|------------------|------------------|------------------|
| 0 | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |
| Trifft nicht zu | Stark verschlechtert | Etwas verschlechtert | Gleich geblieben | Etwas verbessert | Stark verbessert |
| 0 | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |

E Ebene des Nutzens für die Organisation (tatsächlich erreichte und für das Unternehmen wichtige Ergebnisse)

Welche Ergebnisse resultieren aus der Umsetzung der Anwendung des Gelernten für Ihre Schule?

| | | | | | | | |
|------|--|--|--|--|--|--|--|
| E 1 | Verbesserung der Position der Schule im Wettbewerb mit anderen Schulen um neue Schüler | | | | | | |
| E 2 | Image als „gute“ Schule verbessert | | | | | | |
| E 3 | AU-Tage haben sich verringert | | | | | | |
| E 4 | Zahl der Unfälle hat sich verringert | | | | | | |
| E 5 | Fluktuation von Mitarbeitern hat sich verringert | | | | | | |
| E 6 | Verringerte gesundheitliche Beschwerden bei den Mitarbeitern | | | | | | |
| E 8 | Verbesserung der Schülergesundheit | | | | | | |
| E 9 | Steigerung der Qualität, z.B. kooperative Lernformen | | | | | | |
| E 10 | Weniger Ausfälle im Lernprozess | | | | | | |
| E 11 | Erhöhte Zahl erfolgreicher Schulabschlüsse | | | | | | |

Alterszusammensetzung der Schule:

| | | |
|-----------------------------------|---|---------------------------------|
| Überwiegend junge Kollegen bis 35 | Überwiegend Kollegen im mittleren Alter 36–50 | Überwiegend ältere Kollegen >51 |
| | | |

Der Ergebnisteil sollte zu Projektbeginn objektiv festgehalten und eingeschätzt werden, z.B. wie viele Bewerbungen neuer Schüler pro Jahr.

Quantitative Erfolgserfassung über den Steuerkreis

Ihre Schule gestaltet ein Projekt der Gesundheitsförderung. Dabei wurden unterschiedliche Maßnahmen umgesetzt. Bitte schätzen Sie für jede Maßnahme ein, ...

... ob Sie selbst daran teilgenommen haben,
 ... wie hilfreich Sie die Maßnahme für die Gesundheit der Schüler und Pädagogen einschätzen.

| Maßnahme | teilgenommen | | Waren die Maßnahmen aus Ihrer Sicht für die Gesundheit der Schüler und Pädagogen hilfreich? | | | | |
|----------|--------------|------|---|------------|-------------|---------|----------------|
| | ja | nein | gar nicht | eher nicht | teils-teils | eher ja | vollständig ja |
| A | | | | | | | |
| B | | | | | | | |
| C | | | | | | | |
| D | | | | | | | |

1) Zielerreichung

| Wurden die schulspezifisch formulierten Ziele erreicht? | gar nicht | eher nicht | teils-teils | eher ja | vollständig ja |
|---|-----------|------------|-------------|---------|----------------|
| Ziel 1 | | | | | |
| Ziel 2 | | | | | |
| Ziel 3 | | | | | |
| Ziel 4 | | | | | |

2) Schulumfeld im Vergleich zum Optimum

| Wie sehr entspricht das Folgende dem realistischen Optimum? | gar nicht | eher nicht | teils-teils | eher ja | vollständig ja |
|--|-----------|------------|-------------|---------|----------------|
| 1. Rahmenbedingungen für Bewegung | | | | | |
| 2. Rahmenbedingungen für gesundes Essen | | | | | |
| 3. Rahmenbedingungen für Rückzugsmöglichkeiten | | | | | |
| 4. Kohärenzgefühl der Pädagogen (Vorhersehbarkeit, Beeinflussbarkeit, eigene Handhabbarkeit) | | | | | |
| 5. Wissen der Pädagogen zum Thema Gesundheit (insbesondere ganzheitliches Gesundheitsverständnis) | | | | | |
| 6. Transfer des Themas Gesundheit durch die Pädagogen in ihren Alltag ggü. anderen (Hinweise an andere, Gesundheitsbezug im Fach, Verknüpfung zwischen den Fächern, ...) | | | | | |
| 7. der Transfer des Themas Gesundheit durch die Pädagogen in ihren Alltag ggü. sich selbst (seine Bedürfnisse bemerken, Pausen machen, regelmäßig essen und trinken, sich eine Auszeit nehmen, ...) | | | | | |
| 8. Pädagogen haben die Möglichkeit, an einer Supervision/Kollegialen Fallberatung teilzunehmen | | | | | |
| 9. Eltern unterstützen das Projekt Gesundheit | | | | | |
| 10. Kohärenzgefühl der Schüler (Vorhersehbarkeit, Beeinflussbarkeit, eigene Handhabbarkeit) | | | | | |
| 11. Wissen der Schüler zum Thema Gesundheit (insbesondere ganzheitliches Gesundheitsverständnis) | | | | | |
| 12. Transfer des Themas Gesundheit durch die Schüler in ihren Alltag ggü. anderen (Hinweise an andere, Gesundheitsbezug im Fach, Fragen dazu, ...) | | | | | |
| 13. Transfer des Themas Gesundheit durch die Pädagogen in ihren Alltag ggü. sich selbst (seine Bedürfnisse bemerken, Pausen machen, regelmäßig essen und trinken, sich eine Auszeit nehmen, ...) | | | | | |
| 14. Schüler haben die Möglichkeit, einen Beratungslehrer o. Ä. zu konsultieren | | | | | |
| 15. Schulen sind untereinander vernetzt | | | | | |

3) Schulumfeld im Vergleich zum Beginn des Projektes (Frühjahr 2011)

| Wie sehr hat sich das Folgende im Vergleich zum Beginn des Projektes verändert? | gar nicht | eher nicht | teils-teils | eher ja | vollständig ja |
|---|-----------|------------|-------------|---------|----------------|
| 1. Rahmenbedingungen für Bewegung | | | | | |
| 2. Rahmenbedingungen für gesundes Essen | | | | | |
| 3. Rahmenbedingungen für Rückzugsmöglichkeiten | | | | | |
| 4. Kohärenzgefühl der Pädagogen (Vorhersehbarkeit, Beeinflussbarkeit, eigene Handhabbarkeit) | | | | | |
| 5. Wissen der Pädagogen zum Thema Gesundheit (insbesondere ganzheitliches Gesundheitsverständnis) | | | | | |
| 6. Transfer des Themas Gesundheit durch die Pädagogen in ihren Alltag ggü. anderen (Hinweise an andere, Gesundheitsbezug im Fach, Verknüpfung zwischen den Fächern, ...) | | | | | |
| 7. Transfer des Themas Gesundheit durch die Pädagogen in ihren Alltag ggü. sich selbst (seine Bedürfnisse bemerken, Pausen machen, sich eine Auszeit nehmen, ...) | | | | | |
| 8. Pädagogen haben die Möglichkeit, an einer Supervision/Kollegialen Fallberatung teilzunehmen | | | | | |
| 9. Eltern unterstützen das Projekt Gesundheit | | | | | |
| 10. Kohärenzgefühl der Schüler (Vorhersehbarkeit, Beeinflussbarkeit, eigene Handhabbarkeit) | | | | | |
| 11. Wissen der Schüler zum Thema Gesundheit (insbesondere ganzheitliches Gesundheitsverständnis) | | | | | |
| 12. Transfer des Themas Gesundheit durch die Schüler in ihren Alltag ggü. anderen (Hinweise an andere, Gesundheitsbezug im Fach, Fragen dazu, ...) | | | | | |
| 13. Transfer des Themas Gesundheit durch die Pädagogen in ihren Alltag ggü. sich selbst (seine Bedürfnisse bemerken, Pausen machen, regelmäßig essen und trinken, sich eine Auszeit nehmen, ...) | | | | | |
| 14. Schüler haben die Möglichkeit, einen Beratungslehrer o. Ä. zu konsultieren | | | | | |
| 15. Schulen sind untereinander vernetzt | | | | | |

4) Für welche Zielgruppe wurde aus Ihrer Sicht am meisten getan? Bringen Sie die genannten in eine Rangfolge (1 = am meisten, 4 = am wenigsten)

| Rangreihe | |
|-------------------------|--|
| Schule als Organisation | |
| Pädagogen | |
| Schüler | |
| Eltern | |

5) Das Projekt wurde mit Unterstützung der AOK PLUS umgesetzt.

| Wie beantworten Sie abschließend die folgende Frage: | gar nicht | eher nicht | teils-teils | eher ja | vollständig ja |
|---|-----------|------------|-------------|---------|----------------|
| 1. Inwieweit würden Sie die Zusammenarbeit mit der AOK PLUS auch anderen Schulen empfehlen? | | | | | |

Messen

Gestaltung Gesunde Schule

- Ein wesentlicher Erfolgsfaktor für schulische Projekte ist die Unterstützung auf oberster Landesebene im Bereich Bildung und Erziehung. Dafür bedarf es entsprechender Ansprechpartner sowie geeigneter Ressourcen.
- Bei der Gestaltung und Weiterentwicklung von Schule ist der oberste Dienstherr von entscheidender Bedeutung. Nur er kann Ressourcen für Personal-Bedingungen-Organisation bereitstellen. Beispielsweise benötigen Schulen für die Gestaltung erfolgreicher Prozesse einen geringen finanziellen Spielraum, aber im Wesentlichen zeitliche Ressourcenunterstützung.

Zentrale Steuerung

- Landesweite Pilotprojekte sollten zentral gesteuert werden. Vertreter aller Entscheidungsträger und an der Umsetzung beteiligter Institutionen (Ministerium, Spezialisten der Krankenkasse sowie Vertreter aus der Wissenschaft) sind von großem Vorteil. Wir empfehlen ebenso die Beteiligung von Praxisvertretern (Schulleiter, Projektleiter einer Schule) sowie Beteiligten aus den schulischen Unterstützungssystemen (Schulämter) und der Lehrerfortbildung.
- Der zentrale Steuerkreis muss zu Beginn Kompetenzen, Gestaltungsrahmen und Finanzen klar regeln. Er stellt abrechenbare Ziele auf, fixiert Evaluationsfragen und Nachhaltigkeitsziele von Beginn an.
- Ein Mitglied sollte als Projektleiter die Verantwortung für die Organisation des Steuerkreises sowie des Gesamtprojekts übernehmen.
- Ein systemisches Grundverständnis für Gesundheitsförderung aller am Steuerkreis Beteiligten sowie das kontinuierliche Arbeiten eines festen Teilnehmerkreises im Projektzeitraum sind zielführend.

- Beratung zur Schulentwicklung**
- Schulen gestalten eigenständig sehr erfolgreich kurzzeitige Projekte oder Aktionstage zum Thema Gesundheit für ihre Schüler.
 - Handlungsstrategien als salutogenetische Prozesse zu gestalten, besonders die Verbindung von Pädagogen- und Schülergesundheit sowie Verhaltens- und Verhältnisprävention, fällt Schulen erfahrungsgemäß schwerer.
 - Für die Gestaltung einer gesunden Schule als Organisationsentwicklungskonzept (z.B. das Betriebliche Gesundheitsmanagement) ist die externe Betreuung über Organisationsberater zielführend. Solche Berater können aus externen Organisationen (z.B. Krankenkassen) oder aus den Strukturen der Schulentwicklungssysteme (z.B. Schulpsychologen) herangezogen werden.
 - Die Berater müssen fachlich gut gerüstet sein, im Prozess ihre eigene Rolle vorab genau klären und diese auch in der Schule kommunizieren. Sie müssen sich die Zeit für das Abstimmen der Projektstruktur nehmen und zugleich erste passende Maßnahmen mit kurzfristigen Ergebnissen anregen.
 - Erste Schritte zu Beginn der Prozesse: Information über bisherige sowie parallel laufende Aktivitäten an den Schulen erfragen, Prozessverständnis schaffen, Erwartungen und Prioritäten klar kommunizieren, Partizipation als Grundgedanken deutlich herausstellen, Rolle der Schulleitung klären.
 - Eine Investition in Beratung schulischer Steuergruppen ist Hilfe zur Selbsthilfe und wirkt nachhaltig.
- Projektstruktur**
- Die Umsetzung von übergreifenden Veränderungsprozessen in Organisationen mittels des sogenannten „PDCA-Zyklus“ ist praxiserprobt und hat sich bewährt.
 - Der Planungsanteil (mit Organisation, Struktur und Analyse) an Veränderungsprozessen ist in der Regel größer als der Anteil für die Umsetzung der Maßnahmen. Dieser Anteil macht durchschnittlich 2/3 der Projektzeit aus. Dieses Zeitpolster sollte für Veränderungsprozesse einkalkuliert werden.
 - Eine sorgfältige Planung (Organisation, Struktur und Analyse) sollte mit frühzeitig beginnenden sichtbaren Maßnahmen einhergehen. Parallel können sowohl Analyse als auch die Umsetzung schnell veränderbarer Punkte gestaltet werden.
 - Eine sorgfältige Analyse zeichnet „eher erfolgreiche“ Schulen aus und sorgt dafür, dass spezifische und für diese Schule passende Maßnahmen ergriffen werden.
 - Der Aktivitätsanteil der begleitenden Berater liegt überwiegend in der Planungsarbeit. Die Aufwände der Steuerkreismitglieder an den Schulen liegen vor allem im Analyse- und Umsetzungsbereich.
 - Schulen sollten vorab wissen, dass Effekte nur unter Beteiligung der Pädagogen selbst möglich sind und dass gerade auch bei der Implementierung eines Gesundheitsmanagements Zeit für die Arbeit im Steuerkreis, aber auch für die Analyse und die direkte Umsetzung einzuplanen sind.

Steuerkreise an den Schulen

- In schulischen Steuerkreisen sollten alle für den Prozess relevanten Gruppen (Pädagogen, Schüler, bei Bedarf Eltern,...) vertreten sein. Die Beteiligung der Schulleitung als „Entscheider“ ist – in ihrer Rolle als „Teilnehmer“ – von großem Vorteil für die Geschwindigkeit von Veränderungen.
- Die schulischen Steuerkreise sollten zu Beginn konkrete Ziele und Erfolgskriterien festlegen und Vorher-Messungen durchführen.
- Ziele sollten nach dem smart-Prinzip aufgebaut sein: spezifisch, messbar, aktiv beeinflussbar, realistisch, terminiert.
- Ziele haben vorläufigen Charakter und sollten nach der Analyse zu passenden Feinzielen weiterentwickelt werden.

Unsere Tipps:

- Vorab Zeitaufwände kommunizieren, Arbeitsweise klären, Information als wichtige Rückkopplung an die Pädagogen und Schüler
 - Auf Protokollierung und die Kontrolle der Maßnahmen im Protokoll achten
 - Zu Beginn von Prozessen - Wissen der Beteiligten zur Gesundheitsförderung einfließen lassen
 - Thema mehr in die Breite tragen, neben den Steuerkreismitgliedern auch die anderen Pädagogen und Schüler mit einbeziehen
- Analyseformen für Schulen**
- Schulen wollen mit geringem Zeitbudget schnell viel erreichen. Sich die Zeit zu nehmen, über gezielte Analysen die entsprechenden Entwicklungsschwerpunkte sowie die Ressourcen zu finden, bevor geeignete Interventionsmaßnahmen geplant werden, fällt schwer.
 - Die in unserem Projekt adaptierte Methode der „Arbeitssituationsanalyse“ ist für Schule sehr gut geeignet und im Einsatz für Pädagogenteams und auch Schülergruppen praxisgetestet.
 - Die Arbeitssituationsanalyse ist ein Verfahren zur Ermittlung von Stärken, Schwächen sowie Verbesserungsvorschlägen. Dieses Verfahren wurde unter dem Titel „Arbeitssituationserfassung“ von Prof. Dr. Peter Nieder, Bremen, entwickelt. Das Gruppendiskussionsverfahren, das vorwiegend qualitative Ergebnisse liefert, ist in einem kurzen Zeitrahmen (einmalig zwei Stunden) umsetzbar. Ergänzend hierzu wird der Fokus auch auf die vorhandenen Stärken der Einrichtung gelenkt. Ziel ist es, ressourcen- und lösungsorientiert gesundheits- und motivationsbeeinträchtigende sowie krankmachende Faktoren der Arbeitssituation zu identifizieren.
 - Instrumente zur Analyse der Pädagogengesundheit (z.B. IEGL) erleichtern es, das persönliche Empfinden und Erleben von Arbeit und Arbeitsbelastungen in kollegialen Gesprächen zu thematisieren. Arbeit, Arbeitsbelastungen und Lösungen sollten als ein Schwerpunkt von Mitarbeiter – Vorgesetzten – Gesprächen etabliert sein.
 - Die örtlichen Personalräte können über die Nutzung der Instrumente für die Gestaltung von Arbeitsbedingungen vor Ort ihre Verantwortung wahrnehmen und sich in die Gestaltung einbringen.

Danksagung

Der Dank für die Teilnahme am Projekt „Gesunde Lebenswelt Schule – das PLUS für alle“ gilt allen Beteiligten. Als ein wesentlicher Erfolgsfaktor für das Gelingen innerhalb des Projektes ist die aktive und zielorientierte Mitwirkung sämtlicher Teilnehmer zu nennen.

Zu diesen zählte neben Schülern, Lehrern und Schulleitungen auch das nichtpädagogische Personal. Alle schulischen Beteiligten ließen sich auf eine arbeitsintensive Zeit ein. In dieser Phase galt es für jeden Einzelnen nicht nur wiederholt die eigene Arbeit zu hinterfragen, sondern auch die Bereitschaft aufzubringen, daraus die entsprechenden Schlüsse für das eigene Handeln zu ziehen. Dabei konnten sich die Schulen auf ein Team hochprofessioneller AOK-Berater stützen, welche sich mit sehr viel Engagement in ein für sie unbekanntes Tätigkeitsfeld einarbeiteten und sich dabei auf ein neues, überaus komplexes Umfeld einließen.

Dank der flexiblen und kompetenten Unterstützung der wissenschaftlichen Begleiter war die aktive Gestaltung des Entwicklungsprozesses im Projekt möglich. So wurde z. B. von Seiten der TU Dresden sehr offen und schnell auf Zwischenergebnisse und Rückmeldungen der Projektschulen reagiert. Durch die Mitarbeit des Teams kompetenztest.de der FSU Jena konnten die Erfahrungen im Bereich der Befragung von Schulen in die Entwicklung des Schulprofils einfließen. Ferner gilt unser Dank Frau Galander und Frau Fritz für deren einfühlsame, flexible und kompetente Unterstützung sowohl der AOK-Berater an den Schulen als auch der zentralen Steuergruppe mit Analysen und Beratung.

Zudem haben alle Beteiligten der zentralen Steuergruppe stets zuverlässig, zielorientiert und kreativ an der Begleitung des Projektes gearbeitet und damit zu dessen Erfolg beigetragen.

Herzlichen Dank an alle Mitwirkenden!

Brit Oppat
AOK PLUS – Die Gesundheitskasse für
Sachsen und Thüringen

Marion Dörfler
Thüringer Ministerium für Bildung,
Wissenschaft und Kultur

Projektverantwortliche Pilotprojekt „Gesunde Lebenswelt Schule – das PLUS für alle!“