Gesundheitsförderung im Schulalltag
durch konstruktive Stress- und Konfliktbewältigung

Spannende Schule – entspanntes Miteinander

Dokumentation 2003–2006

Vorwort

Schule strengt an! Und zwar alle an ihr Beteiligten. Schülerinnen und Schüler, Lehrkräfte, Schulsekretärinnen, Hausmeister und Eltern. Einen großen Teil ihrer Zeit verbringen alle (bis auf die Eltern) in der Schule. Schule ist ihr Lern- und Arbeitsort. Es ist notwendig, Schule als eine für Gesundheit und Wohlbefinden wichtige Lebenswelt zu betrachten, in der jede/-r sich wohl und anerkannt fühlt. Das Projekt „Spannende Schule – entspanntes Miteinander“ hat alle an Schule beteiligten Personen angesprochen, denn der Schulalltag wird von allen gestaltet und kann nur gemeinsam verändert und optimiert werden.

Das Projekt ist ein Beitrag zur „Gesundheitsfördernden Schule“ und knüpft an zwei Ebenen der Gesundheitsförderung an. Jugendlichen und Kindern soll ein gesundheitsförderndes Verhaltensrepertoire vermittelt werden (Verhaltensprävention). Ebenso sollen die Bedingungen (Ressourcen, Anforderungen, Umgebung etc.) in der Schule, in denen Schülerinnen und Schüler, Lehrkräfte und andere Beschäftigte leben und lernen, gesundheitsfördernd gestaltet werden (Verhältnisprävention).

In der Lebensphase des Kinder- und Jugendalters werden Einstellungen, Bewertungen und Bewältigungsfähigkeiten erworben, die u. a. auch den Umgang mit späteren Krisen und schwierigen Lebensereignissen nachhaltig beeinflussen können. Somit kommt dieser Zeit in der Schule eine hohe Bedeutung für eine positive Entwicklung des Gesundheitsbewusstseins zu.

Das von 2003 bis 2006 von allen Hamburger Krankenkassen geförderte Projekt „Spannende Schule – entspanntes Miteinander“ ist nun abgeschlossen.
Vier Schulen haben sich an dem Projekt beteiligt: die Grund-, Haupt- und Realschulen Oststeinbeker Weg/Hermannstal und Steinadlerweg, die Geschwister-Scholl-Gesamtschule und das Gymnasium Farmsen.

Die vorliegende Veröffentlichung dokumentiert, welche Vorgehensweisen gewählt wurden, welche Schritte die einzelnen Schulen gegangen sind, wie die Mitbeteiligung aller an Schule beteiligten Personen realisiert wurde und was sich in den Schulen im Verlauf der Projektzeit verändert hat.

Insbesondere in der Zusammenarbeit zwischen Erwachsenen und Jugendlichen zeigte sich an allen Schulen eine Zunahme der „Einmischung“ der Jugendlichen. Sie wurden mit ihren Wünschen und Bedürfnissen ernst genommen und gestalteten Prozesse aktiv mit, auch wenn sich einige Projekte nicht sofort realisieren ließen. Deutlich geworden ist, dass Gemeinschaft und Zusammengehörigkeit dann erlebt werden, wenn Entscheidungen und Entwicklungen im Schulalltag gemeinsam, verantwortlich und in gegenseitiger Anerkennung getragen werden. Für das Engagement, die Motivation und die Ausdauer der Schülerinnen und Schüler, der Lehrkräfte, des nicht unterrichtenden Personals und der Eltern an allen vier Schulen und für die zielstrebige Weiterverfolgung des Themas „Gesundheitsfördernde Schule“ auch über das Projektende hinaus bedanken wir uns sehr.

Die Begleitung und Unterstützung durch die Steuerungsgruppe war konstruktiv und hat zum erfolgreichen Abschluss des Projektes maßgeblich beigetragen.

Zu danken ist auch den Hamburger Krankenkassen für die finanzielle Unterstützung bei den Personal- und Sachkosten des Projektes und der Behörde für Soziales, Familie, Gesundheit und Verbraucherschutz (BSG), ohne deren Zuwendung die HAG kein solches Projekt hätte durchführen können.

Margrit Schlankardt
Geschäftsführerin der HAG

Die Ausgangssituation **6**

Das Projekt **8**

2. Beschreibung des Projektes **8**
2.1 Das Projekt „Spannende Schule – entspanntes Miteinander“ 8
2.2 Projektstruktur 10
2.3 Projektziele 12
2.4 Projektinstrumente 13

Die Umsetzung

3. Projekttagebuch **19**
3.1 Verlauf des Projektes in den vier Modellschulen **20**
Grund-, Haupt- und Realschule Oststeinbeker Weg 20
Exkurs: Entspannung mit Qigong im Klassenraum 22
Wie ging es weiter an der Schule Hermannstal? 25
Geschwister-Scholl-Gesamtschule 27
Exkurs: Elternwerkstatt: ein neuer Weg 30
Grund-, Haupt- und Realschule Steinadler Weg 34
Exkurs: Vom Pausenhof zum Erlebnishof 36
Gymnasium Farmsen 39
Exkurs: Der Klassenrat als Mitbestimmungsinstrument – das ganz praktische Vorgehen 42

Die Bewertung **46**

4. Projektbewertung **46**
4.1 Aufgabe und Fragestellung der Evaluation 46
4.2 Rücklaufquoten der Erst- und Zweitbefragung 48
4.3 Die Projektschulen im bundesweiten Vergleich (Verankerungsmessung) 49
4.4 Verlaufserfahrungen 49
4.5 Gesamtbilanz 53
4.6 Gesamtwirkungen 57

Die Ergebnisse **60**

5. Projektergebnisse **60**
5.1 Leistungen aus Sicht der Evaluatorinnen und Evaluatoren 60
5.2 Konsequenzen für die Zukunft 63

Inhalt

Der Leitfaden **65**

6. Handlungsleitfaden für die Initiierung eines schulischen Gesundheitsförderungsprozesses **65**
Welche Aufgaben hat der Gesundheitzirkel? 65
Wie ist der Gesundheitszirkel zusammengesetzt? 66
Wie erreichen wir, dass es eine möglichst gute Beteiligung bei der Umsetzung der Maßnahmen gibt? 66
Wie kann man die Koordination des Projektes gewährleisten? 66
Weshalb ist eine Vernetzung mit externen Partnern sinnvoll? 67
Checkliste zur Vorbereitung eines Projektes anhand von sechs Qualitätssteps 68
Step 1: Wie kann die Ausgangssituation an unserer Schule ermittelt werden? 69
Step 2: Wie können wir unsere Ziele bestimmen und festlegen (Sollzustand)? 71
Step 3: Wie können wir Lösungen erarbeiten? 73
Step 4: Nach welchen Kriterien entscheiden wir uns für eine Lösung? 74
Step 5: Wie führen wir die gewählte Lösung durch? 75
Step 6: Wie können wir durchgeführte Maßnahmen auswerten und ihren Erfolg überprüfen? 77
Offene Fragen zum Schluss 79

Der Ausblick **81**

Kooperationspartner **87**

Themenbereiche: Aidsprävention/Sexualität/Sexuelle Gewalt 87
Themenbereiche: Gewaltprävention/Klassenklima/Soziales Lernen/Selbstbehauptung 89
Themenbereiche: Bewegung/Schulhofgestaltung 94
Themenbereich: Suchtprävention 95
Themenbereich: Gesundheitsförderung 97
Themenbereich: Ernährung 98
Themenbereich: Entspannung/Stressabbau 99
Übergreifende Themenbereiche 100
Weitere Kooperationspartner/-innen des Projektes 101

Literatur **102**

Impressum **104**

Die Ausgangssituation

Leitbild der Gesundheitsförderung

Das Konzept „Gesundheitsfördernde Schule“ hat sich in den vergangenen Jahren zu einem bewährten Instrument für die Steigerung des Wohlbefindens im Setting Schule entwickelt. Zahlreiche Projekte und Modellversuche zeigen die Wirksamkeit schulischer Maßnahmen zur Prävention und Gesundheitsförderung im dortigen Arbeits- und Lebensraum (Stab/Hacker 2005: 109).

Studien belegen, dass sich dieser Ansatz positiv auf das Gesundheitsverständnis aller Beteiligten auswirkt und er leistungssteigernde Effekte erzielen kann. So hat das schulische Klima ab der 6. Klasse einen viel wichtigeren Einfluss auf das Wohlbefinden der Jugendlichen als ihr sozialer Status (vgl. Forum Fortbildung 2002: Vuille).

Das Konzept „Gesundheitsfördernde Schule“ wurde in den 90er Jahren vom Regionalbüro der Weltgesundheitsorganisation (WHO) entwickelt und im Europäischen Netzwerk Gesundheitsfördernde Schulen verankert.

In Deutschland fand die Beteiligung durch zwei Modellversuche statt:

- 1993 – 1997: Netzwerk Gesundheitsfördernde Schulen der Bund-Länder-Kommission für Bildungsplanung und Forschungsförderung (BLK) unter Beteiligung von 29 Schulen in allen Bundesländern außer Bayern
- 1997 – 2000: BLK-Modellversuch „OPUS – Offenes Partizipationsnetz und Schulgesundheit“ mit 500 Schulen aus 15 Bundesländern

Als Folge des Modellprojektes OPUS existieren in einigen Bundesländern Schulnetzwerke, die vornehmlich von den jeweiligen Landesvereinigungen für Gesundheitsförderung koordiniert werden. Zusätzlich werden von verschiedenen Projektträgern Einzelprojekte sowie einzelne Maßnahmen und Kampagnen für den Bereich Schule entwickelt. Diese im Setting Schule vorangetriebenen Angebote erheben den Anspruch, sozialer und gesundheitlicher Benachteiligung entgegenzuwirken, weil in den verschiedenen Schulformen und in entsprechenden Stadtteilen auch Schülerinnen und Schüler mit sozialer Benachteiligung anzutreffen sind.

Gesundheitsförderung orientiert sich an dem von Aaron Antonovsky entwickelten Begriff der Salutogenese. Gesundheit ist nicht nur die Abwesenheit von Krankheit. Antonovsky geht der Fragestellung nach, was Menschen auf dem Kontinuum zwischen Krankheit und Gesundheit gesund hält.

Dabei orientiert er sich an der WHO-Definition von 1946, die in der Ottawa-Charta von 1986 wieder aufgenommen wurde. Diese hatte das Ziel, allen Menschen ein höheres Maß an Selbstbestimmung zu ermöglichen und sie damit zur Stärkung ihrer Gesundheit zu befähigen (Ottawa-Charta der WHO 1986).

Subjektives Wohlbefinden

Gesundheit hat eine eigene Qualität, indem sie durch die Wechselwirkung von psychischen, körperlichen und sozialen Komponenten bedingt ist. Ein entscheidendes Kriterium dafür ist das subjektive Wohlbefinden.

Das Kontinuum zwischen Gesundheit und Krankheit ist abhängig von Risiken, für deren Bewältigung personale Ressourcen und soziale Schutzfaktoren zur Verfügung stehen sollten. Zu den personalen Ressourcen gehören Persönlichkeitsmerkmale, die sich in kognitiven und sozialen Fähigkeiten, in Problembewältigungsstrategien und in der psychischen Disposition ausdrücken. Soziale Schutzfaktoren sind die Menschen zur Verfügung stehenden Unterstützungsnetzwerke, Partizipation sowie gesellschaftliche und strukturelle Rahmenbedingungen.

Die Resilienzforschung hat einen wichtigen Beitrag dazu geleistet herauszufinden, wie sich das Zusammenspiel zwischen Risikofaktoren und Schutzmechanismen bei Menschen gestaltet. Resilienz umschreibt dabei eine Widerstandsfähigkeit trotz erhöhter Entwicklungsrisiken. Dies gibt den Anknüpfungspunkt dafür, dass durch gezielte Interventionen die Gesundheit und Stabilität von Kindern und Jugendlichen positiv beeinflusst werden können (Wustmann 2004: 22). Die Ressourcen, die in dem dynamischen Anpassungs- und Entwicklungspro-zess des Individuums mit seiner Umwelt erworben werden, führen zu einer Belastungsregulation, aber nicht zu einer absoluten Unverwundbarkeit. „Schützende Wirkungen liegen nicht primär im abpuffernden Effekt eines schützenden Faktors, der zu einem bestimmten Zeitpunkt oder über einen Zeitraum hinweg wirksam wird. Vielmehr liegt die Qualität von Resilienz darin, wie Menschen mit Lebensveränderungen umgehen und was sie hinsichtlich ihrer Le-benssituation tun.“ (Wustmann 2004: 29) Somit ist Resilienz auch eine immer wieder neu zu erprobende und durch Lernen zu erweiternde Fähigkeit.

Im Unterschied zu Prävention, die Krankheiten vermeiden möchte, setzt Gesundheitsförderung an der Förderung dieser Ressourcen an, die Resilienz fördern und so die notwendigen Kraftquellen für die Steigerung des Wohlbefindens darstellen. Darunter sind z. B. Lebensfreude, Belastbarkeit, Ausgeglichenheit, Vitalität, Gleichgewicht zwischen Anspannung und Entspannung, Leistungsfähigkeit, Optimismus und Kreativität zu verstehen.

Ausgangssituation des Projektes in der HAG

Schulische Gesundheitsförderung ist für die HAG kein neues Thema. Sie hat Vorläufer in OPUS, in der jährlichen Ausschreibung Gesunde Schule und im Regionalen Unterstützungszentrum für Gesundheitsförderung (RUZ). Die Gesundheitstische, die sich daraus über Jahre entwickelten, stellen ein bezirksspezifisches Netzwerk dar, das zu unterschiedlichen Schwerpunktthemen arbeitet.

Im Rahmen der bisherigen Aktivitäten wurde allerdings deutlich, dass Maßnahmen, die an Schulen bislang im Bereich Gesundheitsförderung herangetragen wurden, eher auf einmalige Interventionen als auf einen Entwicklungsprozess abzielten. „Viel eher versteht sich Gesundheitsförderung als Instrument, Aufgaben, welche in der Schule ohnehin anfallen, auf eine gezielte Weise anzugehen und mit anderen Anliegen und Projekten zu verbinden.“ (Gerber-Eggimann in Forum Fortbildung 2002: 5) Der Umgang mit Konflikten, der angemessene Umgang mit unmotivierten, ausgegrenzten Schülerinnen und Schülern, eine konstruktive Gesprächskultur in der Klasse und in der Schule, die Vereinbarung und Durchsetzung von Regeln, die Qualitätssicherung und die Entwicklung eines Schulprofils gehören zu den Anforderungen, die Schule zu leisten hat.

Widerstandfähigkeit gegenüber Belastungen

Seit dem Jahr 2000 steht den Krankenkassen im Rahmen des GKV-Gesundheitsreformgesetzes über den § 20 SGB V ein Handlungsrahmen in der Primärprävention zur Verfügung. Über Präventionsmaßnahmen soll der allgemeine Gesundheitszustand verbessert und ein Beitrag zur Verminderung sozial bedingter Ungleichheit von Gesundheitschancen geleistet werden. Als Zugangsweg für Zielgruppen, die ungünstigere Gesundheitschancen haben, wird der Setting-Ansatz empfohlen.

Primärprävention

„Ziel ist es, unter aktiver Beteiligung der Betroffenen (Partizipation) die jeweiligen Gesundheitspotenziale im Lebensbereich zu ermitteln und im Setting einen Prozess geplanter organisatorischer Veränderungen anzuregen und zu unterstützen, der über die Schaffung gesundheitsgerechterer Verhältnisse die gesundheitliche Situation der Betroffenen nachhaltig verbessert.“ (Arbeitsgemeinschaft der Spitzenverbände der Krankenkassen 2003: 7)

Die Krankenkassen berufen sich dabei auf Ergebnisse der oben erwähnten Modellprojekte, die belegen, dass es Schulen gelingen kann, sich zu gesundheitsförderlichen Schulen zu entwickeln.

Vor diesem Hintergrund beantragte die Hamburgische Arbeitsgemeinschaft für Gesundheitsförderung e. V. im Frühjahr 2003 bei den Hamburger Krankenkassen und Krankenkassenverbänden das Projekt „Spannende Schule – entspanntes Miteinander“ mit einer Laufzeit von drei Jahren und einem Volumen von 150.000 Euro.

Das Projekt

2. Beschreibung des Projektes

Leitgedanken

Schulische Gesundheitsförderung ist in den Lehrplänen aller Schulformen verankert. Das bedeutet jedoch nicht, dass der schulische Alltag keine Gesundheitsrisiken mit sich bringt.

Gefahrenpotenziale bergen rauchende Erwachsene oder Mitschüler/-innen, Konflikte auf dem Schulhof, Stress durch Leistungsdruck, Über- oder Unterforderung, schlechte Ernährung durch lange Schultage und mangelnde Versorgung, Unfälle durch Rangeleien oder gefährliche Schulwege, um nur einige Beispiele zu nennen.

2.1 Das Projekt „Spannende Schule – entspanntes Miteinander“

Gesundheitsförderung im Schulalltag durch konstruktive Stress- und Konfliktbewältigung

Das Projekt „Spannende Schule – entspanntes Miteinander“ knüpft auf zwei Ebenen an der Gesundheitsförderung an:

Einerseits soll Jugendlichen/Kindern ein gesundheitsförderndes Verhaltensrepertoire vermittelt werden (Verhaltensprävention). Andererseits sollen die Verhältnisse, in denen sie leben und lernen, auf eine gesundheitsfördernde Art und Weise (Verhältnisprävention) optimiert werden.

Gesundheitsförderung in der Schule

In diesem Sinne ist das Projekt als ein Beitrag zur Gesundheitsfördernden Schule anzusehen. Es berücksichtigt dabei unterschiedlichste Aspekte des Lernens, Lehrens und Lebens. Für alle am Schulalltag Beteiligten soll die Ausgangslage verbessert und das Risikoverhalten abgebaut werden. Weil alle Kinder und Jugendlichen die Schule besuchen müssen, ist gewährleistet, dass sie von dortigen Verbesserungen und erlerntem gesundheitsförderndem Verhalten profitieren, ohne dass ihre soziale Herkunft eine Barriere darstellt. In der Lebensphase des Kinder- und Jugendalters werden Einstellungen, Bewertungen und Bewältigungsfähigkeiten erworben, die u. a. auch den Umgang mit späteren Krisen und schwierigen Lebenssituationen nachhaltig beeinflussen. Somit kommt insbesondere dieser Zeit eine hohe Bedeutung für eine positive Entwicklung des Gesundheitsbewusstseins zu.

In letzter Konsequenz können auf diese Weise die Auswirkungen der sozialen Ungleichheit und Benachteiligung mancher Schüler gemindert werden.

Schule als Setting

Verbesserung der Ausgangslage
Abbau von Risikoverhalten

Schule als Lern- und Arbeitsort ist ein Ausschnitt der Lebenswelt der beteiligten Schüler/-innen, der

Lehrkräfte, der Schulleitung, des nicht unterrichtenden Personals und der Eltern. Begreift man Schulen als lernende Organisationen, so gibt es hier viele Möglichkeiten für eine gesunde Lebensweise, die es zu entdecken und entsprechend zu verbessern gilt.

„Ein Setting wird einerseits als soziales System verstanden, das eine Vielzahl relevanter Umwelteinflüsse auf eine bestimmte Personengruppe umfasst, und andererseits als System, in dem diese Bedingungen von Gesundheit auch gestaltet werden können (...) Der Settingansatz fokussiert die Rahmenbedingungen, unter denen Menschen leben, lernen, arbeiten und konsumieren.“ (BzgA 2003: 205)

Damit fördert der Settingansatz den Prozess von Veränderungen, steuert und entwickelt ihn im Alltag des Lernens, Lehrens und Lebens, so dass Schule ein Ort für die effektive Umsetzung der Gesundheitsförderung und -prävention ist. Der Settingansatz eröffnet somit Partizipationsmöglichkeiten für viele Beteiligte und führt neben der Identitätsbildung auf der individuellen Ebene zu einem spezifischen Schulprofil, in das die Gesunderhaltung von Menschen integriert ist.

Damit trägt schulische Gesundheitsförderung zu der Entwicklung eines Leitbildes, einer Corporate Identity bei, die bei allen Beteiligten zu einer Zunahme der Identifikation mit der Schule führt.

Dabei entwickelt jede Schule ihr eigenes Gesundheitsprofil, in das spezifische Fragestellungen, Grundvoraussetzungen und Entwicklungsperspektiven aufgenommen werden können.

Zunahme der Belastungsebenen

Lernstörungen, Verhaltensauffälligkeiten und Burn-out als Folgen von Belastungen

Untersuchungen zum Gesundheitszustand von Kindern und Jugendlichen belegen, dass deren Belastungen in den letzten Jahren zugenommen haben (vgl. HBSC-Studie). Beispielsweise zeigen bereits 10 % der Kinder/Jugendlichen eines Jahrgangs ernste psychische Auffälligkeiten wie Lernstörungen und Verhaltensauffälligkeiten.

Zahlreiche Untersuchungen zur Lehrerbelastung bestätigen, dass Lehrer eine hoch belastete Berufsgruppe darstellen, so dass sie zu den Hochrisikogruppen für die Entwicklung eines Erschöpfungssyndroms (Burn-out) oder einer depressiven und/oder psychosomatischen Erkrankung zählen (Sommer et al 2006: 40ff.).

Eine Zunahme von Stresspotentialen sowohl bei Schüler/-innen als auch bei Lehrkräften ist unumstritten. Stress und Konflikte der Schüler/-innen entstehen dabei vor allem aus einem Zusammenspiel zwischen den Auswirkungen von belastenden Familiensituationen (Scheidung, Alleinerziehung, Arbeitslosigkeit, Umzug, schwierige Familienbeziehungen, Gewalt, etc.) und Faktoren, die im Miteinander des Schulalltags entstehen, von der Ablehnung durch Mitschüler/-innen über das Gefühl, ungerecht behandelt zu werden bis hin zu Leistungs- und Notendruck, die zu Schulängsten oder gar Schulverweigerung führen können.

Die Folgen, die sich aus diesen Stresspotenzialen ergeben, zeigen sich im Verhalten von Schülerinnen und Schülern sowie Lehrerinnen und Lehrern und erschweren oftmals das Lernen und Lehren – auf Seiten der Schüler/-innen ebenso wie auf Seiten der Lehrkräfte.

Psychisch und sozial verunsicherte junge Menschen nutzen Gewalt als ihre Problemlösungs- und Bewältigungstechnik, so dass Schülergewalt heute Thema an Schulen ist (Klewin et al. 2002: 1084). Auf die hohen Anforderungen, die nicht nur in Bezug auf Leistungen, sondern auch im Gruppenkontext gestellt werden, reagieren Schüler/-innen mit sehr unterschiedlichem Anpassungsverhalten, das von Apathie bis zu Gewalt reicht.

Diese Überlegungen zeigen, weshalb es sinnvoll ist, im Schulalltag Möglichkeiten zu schaffen, die einen Ausgleich für diese Belastungen schaffen können und damit Stress- und Konfliktpotenziale reduzieren.

Kompetenzerweiterung durch Empowerment

Ressourcenfreilegung

Schule ist ein wichtiger Ort für Kinder und Jugendliche, an dem sie soziale Kompetenzen erwerben können.

Ziel des Projektes ist es, Kindern und Jugendlichen Hilfestellungen zu vermitteln, die zur konstruktiven Auseinandersetzung mit den Belastungen durch die Umwelt (Familie, Gesellschaft, Arbeitswelt etc.) beitragen. Die Folge ist eine Verhaltensänderung, die den Schülern hilft, weiteren Gefährdungen und Belastungen gegenüber besser gewappnet zu sein.

Lehrkräften kommt dabei die Aufgabe zu, „Lebensweg-Begleiter“ zu sein, die durch ihre Vorbildfunktion ermutigen und unterstützen. Empowerment ermöglicht die Ressourcenfreilegung und die Erhöhung von Teilhabe-, Wahl- und Entscheidungsrechten aller Beteiligten.

Schülerinnen und Schüler aus sozial benachteiligten Stadtteilen oder aus belasteten Elternhäusern wird oftmals die Fähigkeit abgesprochen, Ressourcen zu entwickeln. Stattdessen wird der Fokus auf ihre Defizite als Reaktion auf die Belastungen gerichtet. Doch wie die Resilienzforschung (vgl. Kap. 1) zeigt, verfügen auch so genannte benachteiligte Schüler/-innen über Ressourcen zur Bewältigung ihrer spezifischen Lebenssituation.

Am besten kann die Entwicklung dieser Ressourcen gelingen, wenn die Schülerinnen und Schüler den für sie wichtigen Lebensbereich Schule als Übungsraum nutzen können. Um ihnen eine kritische Auseinandersetzung mit bisher nicht hinterfragten Gewohnheiten zu ermöglichen, ist neben der Versorgung mit Sachinformationen die Erfahrung von Kompetenz und Selbstwert wichtig. Die Entwicklung einer erstrebenswerten Perspektive und die Suche nach Umsetzungsmöglichkeiten vertieft die Erfahrung der individuellen Einflussnahme. Unterstützt wird dies durch die Stärkung von Kooperation und Solidarität bei der Verwirklichung von Zukunftsvisionen, wodurch Mitschüler/-innen, Lehrkräfte und andere Beteiligte eine wichtige Funktion erhalten.

2.2 Projektstruktur

Der Durchführungszeitraum in den Projektschulen belief sich auf Februar 2004–März 2006.

Im Herbst 2003 wurden die allgemeinbildenden Schulen in den Stadtteilen angeschrieben, die entsprechend der Hamburger Stadtdiagnose zu den sozial benachteiligten Stadteilen gehören. In der Regel wurde das Projekt in den Lehrerkonferenzen vorgestellt.

Die Schulen stellten mittels eines Bewerbungsbogens ihre Interessen, die sie mit dem Projekt umzusetzen wünschten, dar.

Dabei zeigte sich, dass die Einführung des Lehrerarbeitszeitmodells zum Schuljahr 2003/2004 eine große Hemmschwelle darstellte, die die Bereitschaft für das Engagement in einem solchen Projekt schmälerte.

Ausgewählt wurden:

- Grund-, Haupt- und Realschule Oststeinbeker Weg
- Grund-, Haupt und Realschule Steinadlerweg
- Geschwister-Scholl-Gesamtschule
- Gymnasium Farmsen

Zum Schuljahreswechsel 2005/2006 wurde die Schule Oststeinbeker Weg geschlossen, und die meisten Klassen der Sekundarstufe I wurden in die Schule Hermannstal überführt. Dort wurde dann das Projekt weitergeführt.

Zielgruppen im System Schule

Jahrgänge 5–7, Lehrkräfte, Schulleitung, Hausmeister/Schulsekretärin/Sozialpädagogin bzw. Sozialpädagoge, Eltern

Das Projekt knüpfte am Gesamtsystem Schule an, wollte also Schüler/-innen, Lehrkräfte und Schulleitung, nicht Unterrichtende wie Hausmeister, Schulsekretärinnen oder Sozialpädagoginnen und -pädagogen und Eltern für eine aktive Mitarbeit gewinnen.

Als exemplarische Zielgruppe wurden von Seiten der Krankenkassen die Schüler/-innen der Jahrgänge 5–7 vorgeschlagen. In der Regel setzt mit der 5. Klasse ein Schulwechsel ein, der für viele Schüler/-innen nicht unproblematisch ist. Gleichwohl bietet gerade der Schulwechsel eine gute Möglichkeit, durch geeignete Maßnahmen günstig auf die weitere schulische Entwicklung der Schüler einzuwirken. Auch die Jahrgänge 6 und 7 haben einen längstmöglichen Verbleib in der Schule. Am Ende des Projektes sind diese Schüler/-innen in den Stufen 7–9, so dass eine nochmalige Befragung zu den Auswirkungen des Projektes möglich ist.

Durch den relativ kurzen Projektzeitraum von zwei Jahren sollte insbesondere vermieden werden, dass die Schulen mit dem Anliegen überfordert werden, alle Schüler/-innen in die Überlegungen einzubeziehen.

Durchführungsablauf

Systematische Durchführung des Projektes

Die Durchführung des Projektes sollte in folgenden Schritten ablaufen:

1. Bildung eines Gesundheitszirkels (Fachgruppe zur Gesundheitsförderung, bestehend aus Schüler/-innen, Eltern, Lehrkräften, nicht unterrichtendem Personal und Schulleitung)
2. Analyse und Auswertung der schulspezifischen Belastungsschwerpunkte durch Befragung (Istzustand)
3. Herausarbeitung der Veränderungsbedarfe sowie schulischer Potenziale im Gesundheitszirkel
4. Prioritätensetzung und Konkretisierung der Ziele (Mehrstufenplan)
5. Erarbeitung konkreter Maßnahmen (Festlegung von Zuständigkeiten und Verantwortlichkeiten, Gewinnen weiterer Kooperationspartner auch aus der örtlichen Umgebung, Festlegung der konkreten, schulspezifischen Einzelinterventionen)
6. Durchführung der geplanten Maßnahmen
7. Auswertung der Einzelinterventionen (Ergebnissicherung)
8. Abstimmung der weiteren Ziele und Übertragung auf Maßnahmendurchführung
9. Verankerung von Gesundheitsförderung im Schulprogramm
10. Schulübergreifende Tagung im Herbst 2004
11. Herausarbeitung der Zwischenergebnisse
12. Durchführung der Fremdevaluation
13. Schulübergreifende modulare Fortbildung zur Sicherung der Nachhaltigkeit
14. Abschlusstagung zur Ergebnissicherung
15. Abschlussdokumentation mit Handlungsempfehlungen

Ideenpool

Maßnahmen und Interventionsangebote in Hamburg

Um den Schulen eine Orientierung bei der Auswahl von Einzelinterventionen zu geben, wurde ein Ideenpool aus Maßnahmen und Interventionsangeboten zu den unterschiedlichsten Feldern der Gesundheitsförderung aufgebaut, für die Hamburger Anbieter als Kooperationspartner zur Verfügung standen.

Dazu gehören Klassenratausbildung, aktive Pause, Ruhe- und Entspannungsräume sowie Fantasiereisen und Bewegungsspiele im Unterricht, um nur einige wenige Beispiele zu nennen.

Bei der Auswahl der Methoden zur Ermittlung und Umsetzung der notwendigen Maßnahmen wurden die aktuellen wissenschaftlichen Erkenntnisse über Lernfähigkeit und -motivation von Kindern und Jugendlichen berücksichtigt, so dass in den

Einzelinterventionen kognitive, emotionale und soziale Aspekte miteinander verbunden wurden.

In den Einzelinterventionen ging es nicht um Angsterzeugung, Abschreckung oder reine Sachaufklärung, sondern um die Entwicklung von Erlebnisräumen, die den Schülerinnen und Schülern eigene begreifbare Lernprozesse ermöglichen.

Wert wurde jedoch darauf gelegt, dass die Umsetzungsideen zielgerichtet den Belastungsschwerpunkten der Schulen angepasst wurden, so dass jeder Intervention ein reflektierender Diskussionsprozess vorausging.

Das Projekt konnte nach der Einleitung des Schulentwicklungsprozesses mit dem Fokus auf Stress- und Konfliktbewältigung Querverbindungen zu den anderen Schwerpunktthemen der Gesundheitsförderung in den Schulen suchen. So konnten nach dieser Anfangsphase schulspezifische Bedarfe und bestehende Angebote und Aktionen in das Projekt integriert werden.

2.3 Projektziele

Stress- und Konfliktbewältigung

Das Projekt „Spannende Schule – entspanntes Miteinander“ sollte den nötigen Rahmen für eine konstruktive Stress- und Konfliktbewältigung schaffen. Schüler/-innen brauchen Anregungen, wie sie schulische Anforderungen bewältigen können. Daraus entsteht Selbstbewusstsein und Vertrauen in die eigenen Kompetenzen.

Im Rahmen der Stressprävention und -bewältigung trägt dieses Projekt dazu bei, dass Überforderungs- oder Unterforderungssituationen auf Seiten der Schüler/-innen abgebaut werden, Leistungsdruck und Konfliktsituationen angemessener verarbeitet werden können und die Entwicklung von Schulängsten oder die Schulverweigerung vermieden wird.
Das Schulklima soll zukünftig durch einen konstruktiven Umgang mit Konflikten, die Bereitschaft zur Auseinandersetzung und die Akzeptanz unterschiedlichster Bedürfnisse gekennzeichnet sein. Aus Verliererinnen und Verlierern werden Gewinner/-innen, die voneinander profitieren können. Geschlechtsspezifische Aspekte und kulturelle Vielfalt werden dabei als Querschnittsthemen berücksichtigt. Die Beteiligungsmöglichkeiten bei Planungsprozessen von Schülerinnen und Schülern sowie Eltern werden gestärkt. Dadurch wird gleichzeitig die Verantwortung der Lehrkräfte und der Schulleitung für die schulischen Belange verringert, die häufig allein auf ihnen lastet. Überbelastung wird so verhindert.

Lehrkräfte und das andere Schulpersonal brauchen zudem Entlastung durch Pausen und störungsfreie Arbeitsphasen, um die eigene Tätigkeit als sinnvoll und erfolgreich erleben zu können.

Gemeinsame Verbesserung des Schulalltags

Schulalltag soll somit von vielen gestaltet und gemeinsam verbessert werden.

Die Ziele des Projektes lassen sich als ein Zusammenspiel von Verhaltensänderung und Verhältnisänderung beschreiben.

Entscheidend ist, dass nicht nur die Zielerreichung bewertet wird, sondern der gesamte Prozess über die Dauer von zwei Jahren. Ebenfalls ist davon auszugehen, dass es sich nicht um einen linearen Prozessverlauf handeln wird, sondern um eine Abfolge aus Höhen und Tiefen, aus Rückschlägen, Stagnation und Durchbrüchen.

Schulbezogene Ziele

- Schaffung eines gesundheitsfördernden Arbeits- und Lernumfeldes in der Schule
- Erhöhung der Identifikation mit der Schule
- Abbau der Stress- und Konfliktpotenziale in der Schule
- Zunahme der Zufriedenheit von Schülerinnen und Schülern sowie Lehrerinnen und Lehrern
- Abbau sozialer Benachteiligung durch Verhaltens- und Verhältnisänderungen
- Erhöhung der Kritikfähigkeit
- Entwicklung guter Beziehungen im Schulalltag
- Umsetzung der Rahmenrichtlinien zur Gesundheitsförderung und des neuen Schulgesetzes
- Stärkung der Eigenverantwortlichkeit
- Förderung des gesundheitlichen Verantwortungsbewusstseins der Beteiligten
- Erziehung zu gesunder Lebensweise
- Ausschöpfung der Potenziale und Ressourcen der Schüler/-innen
- Implementierung der Gesundheitsförderung im Curriculum der Schule
- Nutzbarmachung der Ressourcen aus dem Umfeld
- Ermöglichung der effektiven Nutzung des Gesundheitssystems

Das Projekt als Baustein der „Gesundheitsfördernden Schule“

Neben den schulspezifischen Zielen ist das Projekt als ein Baustein der „Gesundheitsfördernden Schule“ zu verstehen und die Gesundheitsförderung als Schulentwicklungsprozess. Dabei geht es nicht nur um die Thematisierung von Gesundheitsproblemen wie Sucht, Aids, Bewegungsmangel oder Ernährung im Unterricht, sondern um die Erweiterung des Rahmens, in dem Gesundheit gelebt und gelehrt wird. „Sie (die Gesundheitsfördernde Schule” stellt den ‚Schauplatz’, das ‚Setting’ Schule in den Vordergrund. Ihr geht es um einen Prozess gesundheitsfördernder Schulentwicklung. Die an Schulen Beteiligten sollen dabei Möglichkeiten erkunden und erproben, wie Gesundheit in der Schule realisiert werden kann.“ (Barkholz et al. 1998: 32)

Ziele „Gesundheitsfördernder Schulen“

Somit haben „Gesundheitsfördernde Schulen“ folgende Ziele:

- Schaffung eines gesundheitsfördernden Arbeits- und Lernumfeldes durch entsprechende Gebäudegestaltung, Spielflächen, Schulmahlzeiten und Sicherheitsmaßnahmen
- Förderung des gesundheitlichen Verantwortungsbewusstseins Einzelner sowie der Familie und der Gemeinschaft
- Entwicklung realistischer und attraktiver Gesundheitsalternativen, die einer gesunden Lebensweise dienen
- Ausschöpfung der physischen, psychischen und sozialen Potenziale aller Schüler/-innen
- Entwicklung klarer Ziele zur Förderung der Gesundheit der gesamten Schulgemeinschaft
- Schaffung guter Beziehungen untereinander und guter Zusammenarbeit zwischen Schule, Elternhaus und Stadtteil
- Auslotung der außerschulischen Ressourcen zur Unterstützung der praktischen Gesundheitsförderung
- Aktive Einbeziehung der Schüler/-innen bei der Gesundheitsförderung
- Entwicklung von Fähigkeiten und Wissen, um Schüler/-innen zu vernünftigen Entscheidungen und Verbesserungen in Bezug auf ihre persönliche Gesundheit zu befähigen
- Schulische Gesundheitspflege als Bildungsressource, die Schüler/-innen zu effektiven Nutzerinnen und Nutzern der allgemeinen Gesundheitsversorgung macht

2.4 Projektinstrumente

Im Projekt „Spannende Schule – entspanntes Miteinander“ wurden Instrumente aus der betrieblichen Gesundheitsförderung genutzt, um eine Übertragbarkeit auf das Setting Schule zu prüfen.

Sie wurden entsprechend des bereits dargestellten Ablaufplanes eingesetzt oder haben die Gestaltung und Umsetzung an sich gewährleistet, wie z. B. die Gesundheitszirkel.

Ausgangsanalyse durch Befragung

Belastungsschwerpunkte und vorhandene Ressourcen

Eine facettenreiche Analyse der Ausgangssituation jeder Schule sollte die schulischen Potenziale einerseits und die Veränderungsbedarfe andererseits offen legen. Diese Analyse wurde anhand von verschiedenen Fragebögen durchgeführt, um die unterschiedlichen Sichtweisen der Schulbeteiligten zu berücksichtigen. So wurde ein Fragebogen für die Schüler/-innen der Klassenstufen 5–7, einer für die Lehrkräfte, einer für die Schulleitung, einer für die nicht Unterrichtenden und ein weiterer für die Eltern entwickelt.

Insbesondere Fragen zur folgenden Themen fanden dabei Berücksichtigung:

- Schulklima
- Schulzufriedenheit
- Folgen von Stresssituationen
- Umgang mit Konfliktsituationen

Dieser Fragebogen wurde von der HAG (Hamburgische Arbeitsgemeinschaft für Gesundheitsförderung e. V.) entwickelt und berücksichtigte Fragestellungen aus Analysen des OPUS-Projektes (Offenes Partizipationsnetz und Schulgesundheit). Er wurde in Absprache mit den vier Modellschulen erweitert und vereinheitlicht.

Die Auswertung des Fragebogens durch die HAG diente der Zusammenstellung der Ergebnisse zur weiteren Bearbeitung im Gesundheitszirkel. Der Fokus lag dabei auf den für jede Zielgruppe typi-schen Belastungen und bisherigen Bewältigungsstrategien sowie auf Ressourcen, die für eine Optimierung des Settings Schule zu nutzen sind.

Die Ergebnisse wurden im Gesundheitszirkel und vielfach auch in den Lehrerkonferenzen vorgestellt und diskutiert.

Schüler erläutern ihre Arbeitsergebnisse/Schule Steinadlerweg Foto_HAG

Prioritäten, weitere Partizipationsmöglichkeiten und erste Maßnahmen wurden daraus abgeleitet.

Der durchschnittliche Rücklauf der Fragebögen betrug bei Schülerinnen und Schülern 91 %, Eltern 62 %, Schulleitung 100 %, nicht Unterrichtenden 94 % und Lehrkräften 53 %.

Gesundheitszirkelarbeit

Interessiertes Arbeitsgremium auf freiwilliger Basis

Die Gesundheitszirkel sollten die Steuerungsgruppen für die schulischen Entwicklungsprozesse sein, so dass die erforderlichen Maßnahmen dort erörtert und entschieden wurden. Wert wurde darauf gelegt, Ergebnisse, Fragen und Unsicherheiten in die Klassen, in das Kollegium und in die Elternschaft zu transportieren und sich ggf. deren Zustimmung zu vergewissern.

Der Gesundheitskoffer Foto_HAG

Der Gesundheitszirkel war ein Gremium, das sich aus Interessierten zusammensetzte und zu dem niemand verpflichtet wurde. Dies hatte den Vorteil, dass eine hohe Eigenmotivation bei den Beteiligten zur Verbesserung des Schulalltags vorhanden war.

Die Zusammensetzung der Arbeitsgruppe in der gewünschten Form gelang unterschiedlich.

Deutlich zeigte sich, dass Schüler/-innen, die aufgrund der individuellen Beziehungen zu ihren Lehrkräften daran teilnahmen, dadurch auch längerfristig zu begeistern waren. Andere Schüler kamen zu einem späteren Zeitpunkt in den Gesundheitszirkel, nachdem sie zum Beispiel an der ersten Fachtagung teilgenommen hatten.

Oftmals schwieriger war die Beteiligung der Eltern, weil diese vielfach der Meinung waren, dass sie die internen schulischen Entwicklungen zu wenig beurteilen können. Hier zeigte sich, dass Schulen, die Eltern bereits in andere schulische Bereiche integriert haben, im Vorteil sind. Eltern mittels eines solchen Projektes zu gewinnen gelang in der Regel nur vereinzelt oder sporadisch. Eine kontinuierliche Mitarbeit erfordert einen nicht unerheblichen Zeitaufwand, und die Diskussions- und Umsetzungsprozesse waren z. T. langwierig und nicht unmittelbar sichtbar.

In den Schulen haben im Projektverlauf Gesundheitszirkel in folgender Anzahl mit einer Dauer von jeweils zwei Stunden am Nachmittag stattgefunden:

- Gymnasium Farmsen: 16
- Geschwister-Scholl-Gesamtschule: 16
- HR Oststeinbeker Weg/HR Hermannstal: 22 (2,5 Jahre)
- GHR Steinadler Weg: 18

Gesundheitskoffer

Materialien zur Gesundheitsförderung

Jeder Schule wurde für die Gestaltung von Themen der Gesundheitsförderung ein Gesundheitskoffer zur Verfügung gestellt. In diesem befinden sich Frust-, Jonglier- und Igelbälle, Theaterrequisiten, Team- und Gemeinschaftsspiele, ein Deuserband, eine Entspannungs-CD und Encounter-Pads (Schaumstoffschläger).

Gemeinsame Tagung „Mitbeteiligung fördern, Gelegenheiten schaffen“ von Schülerinnen und Schülern, Eltern und Schulpersonal Foto_HAG

Schülerinnen experimentieren auf der Tagung mit dem Gesundheitskoffer Foto_HAG

Daneben wurde eine Arbeitsmappe mit einer Spielekartei zu den Schwerpunktthemen Stressbewältigung und Konfliktlösung entwickelt. Die Arbeitsmappe stellt Unterrichtsbausteine vor und beinhaltet Arbeitsmaterialien, die z. B. als Kopiervorlage dienen. In der Spielekartei finden sich praktische und spielerische Übungen, die auch einer Reflexion der einzelnen Themenbereiche dienen können. Sie sind den jeweiligen Themengebieten zugeordnet. Ergänzt wird dieses Material durch einen umfangreichen Ringordner mit unterschiedlichsten Materialien der Gesundheitsförderung, darunter Unterlagen beispielsweise über Aids, Suchtprävention, Nichtraucherförderung, Sexualität, gesunde Ernährung und Bewegung.

Dieser von der HAG entwickelte Koffer sollte dazu anregen, mit den Spielmaterialien und Medien den Zugang zu den unterschiedlichen Themen der Gesundheitsförderung zu erleichtern.

Fachtagungen

Innerhalb des Projektes fanden zwei Fachtagungen für die beteiligten Schulen und die Abschlusstagung mit Gästen von den Krankenkassen, der Behörde für Bildung und Sport (BBS), der Behörde für Soziales, Familie, Gesundheit und Verbraucherschutz (BSG) sowie anderen Professionellen statt.

Fachtagung „Mitbeteiligung fördern, Gelegenheiten schaffen“

Am 18. November 2004, d. h. nach sieben Monaten Projektlaufzeit, fand eine erste ganztätige Fachtagung unter dem Titel „Mitbeteiligung fördern, Gelegenheiten schaffen“ statt. Aus jeder Schule konnten 20 Schüler/-innen teilnehmen, ebenso wie Lehrkräfte, Eltern und nicht Unterrichtende.

Am Vormittag der mit 140 Personen besuchten Fachtagung gab es getrennte Programme für Jugendliche und Erwachsene.

Die Jugendlichen stellten sich in zwei Gruppen gegenseitig ihre Schulen vor und probierten die Materialien des Gesundheitskoffers aus, der den Schulen am Ende der Fachtagung überreicht wurde.

Die Erwachsenen lernten durch den Referenten Jens Zussy die Beteiligungsspirale kennen und setzten sich im zweiten Vortrag von Hermann Städtler mit

Nachmittagsworkshop: Klettern auf der Bewegungsbaustelle Foto_HAG

Nachmittagsworkshop: Leckere Frühstücksspieße Foto_HAG

Abschlusstagung 2006

Band der Geschwister-Scholl-Gesamtschule Foto_HAG

Schüler/-innen laden ein zur Entspannungsübung Foto_HAG

der eigenen und insbesondere der Lehrergesundheit auseinander.

Am Nachmittag fanden in zwei Runden jeweils zehn Workshops als „Markt der Möglichkeiten" statt. Erwachsene und Jugendliche probierten gemeinsam verschiedene Methoden der Stress- und Konfliktbewältigung, der Teamarbeit, des gesunden Frühstücks und Entspannungstechniken aus. Diese Workshops dienten als Anregung und Erprobung von Einzelinterventionen, die so auf ihre Übertragbarkeit in den eigenen schulischen Kontext überprüft werden konnten.

Fachtagung „Gesunde Schulen haben eine Vision"

Die zweite Fachtagung „Gesunde Schulen haben eine Vision" fand zum Abschluss des Projektes am 05.April 2006 statt.

Die Schulen berichteten in der Veranstaltung von ihren erreichten „Meilensteinen". Schüler/-innen, Lehrkräfte, Eltern und nicht Unterrichtende präsentierten mittels Demonstrationen von Klassenräten, Entspannungsübungen oder Theaterszenen die erprobten Interventionen. Anhand von mitgebrachten Geräten wie Pedalos, Stelzen, Klettergurten, Klassenarbeitsterminplanern und Fotos stellten sie darüber hinaus ihre Aktivitäten dar und vermittelten den Gästen einen praktischen Eindruck von dem, was sie bisher umgesetzt hatten.

Die Schulleitungen stellten neben den übergreifenden Erkenntnissen dieser Entwicklungsprozesse ihre Wünsche und Visionen vor, um den Weg der gesunden Schule auch in Zukunft – ohne zusätzliche Gelder durch Projektmittel – bestreiten zu können. Ein exemplarisch zusammengesetzter Gesundheitszirkel vermittelte die Vorteile, Herausforderungen und Gewinne, die in einer so gemischten Arbeitsgruppe stecken.

Thomas Kliche vom UKE Hamburg (Institut und Poliklinik für Medizinische Psychologie) stellte die Ergebnisse der Evaluation vor, und zum Abschluss wurde ein Vergleich zwischen Projektidee und -realität gezogen.

Kooperationspartner/-innen

Parallel zum Projektverlauf nahm die HAG Kontakt zu Anbietern auf, die im Themenbereich der Gesundheitsförderung Konzepte für Schulen wie Projektwochen, Schulungen, Fortbildungen oder ähnliches entwickelt hatten. Damit wurde die Fachlichkeit der Maßnahmen sichergestellt und zugleich für die Schulen ein Netz von Kooperationspartnern aufgebaut.

Zu diesen Partnern gehörten u. a.: ikm – Institut für konstruktive Konfliktaustragung und Mediation e. V., Beratungsstelle für Gewaltprävention, Verband für Turnen und Freizeit e. V., Hamburger Forum Spielräume e. V., Techniker Krankenkasse (TKK) mit dem Stressbewältigungstraining SNAKE, freie Trainer/-innen aus den Bereichen Bewegung, Entspannung und Gewaltprävention.

Steuerungsgruppe

Beratende Begleitung

Die Steuerungsgruppe, die die HAG bei der Umsetzung des Projektes begleitete, bestand aus Vertreter-

Schülerinnen des Gymnasiums Farmsen moderieren den Klassenrat Foto_HAG

Schülerinnen demonstrieren die Spielekiste Foto_HAG

innen und Vertretern der Krankenkassen (AOK und VdAK), der Behörde für Soziales, Familie, Gesundheit und Verbraucherschutz (BSG), der Behörde für Bildung und Sport (BBS) und dem Landesinstitut für Lehrerbildung und Schulentwicklung (LI).

Damit war eine fachliche Begleitung gewährleistet und für eine größtmögliche Akzeptanz und Transparenz im Rahmen schulischer Gesundheitsförderung gesorgt.

Die Steuerungsgruppe traf sich ca. zweimal jährlich und diskutierte die Praktikabilität des Projektes in der Umsetzung an den einzelnen Schulen. Bei diesen Arbeitstreffen entstanden weitere Ideen für die Umsetzung. Sinnvoll war, dass sowohl die Krankenkassen als auch die zuständigen Behörden der Freien und Hansestadt Hamburg in den Entwicklungsverlauf einbezogen und so deren Erwartungen berücksichtigt wurden.

Schulübergreifende Fortbildung

Sicherung der Nachhaltigkeit

Das Ziel des Projektes war das Anschieben eines schulischen Entwicklungsprozesses zum Thema Gesundheitsförderung. Ziel war außerdem, dass die begonnene Arbeit im Sinne der Nachhaltigkeit über den Projektzeitrahmen hinaus fortgesetzt werden kann. Für die erforderliche Fachkompetenz wurde den vier Schulen im Herbst und Winter 2005/2006 eine 15-stündige schulübergreifende Fortbildung angeboten.

Diese bestand aus drei Modulen:

- Gesundheitsförderung im Setting Schule (4 Std.)
- Projektmanagement (4 Std.)
- Moderationstechniken (7 Std.)

Für diese Fortbildungsmodule wurden Trainer/-innen aus dem Bereich Schule und Gesundheitsförderung, Organisationsentwicklung/Präsentation/Moderation gefunden.

Aus jeder Schule nahmen daran zwei bis vier Lehrkräfte, Sozialpädagoginnen und -pädagogen oder auch Eltern teil.

An die jeweilige ausgebildete Gruppe wurde die fachliche Verantwortung für die Fortsetzung und Moderation der Gesundheitszirkelarbeit gebunden.

Evaluation und Ergebnistransfer in die Schulen

Gesamtbewertung des Projektes

Die Evaluation von Projekten dient dazu, Entwicklungen gezielt zu planen, einzuleiten, zu steuern und beweglich zu gestalten. Ein erster Schritt für die Evaluation dieses Projektes war die Ermittlung der Ausgangssituation mittels einer Befragung. Nach einem Jahr Projektlaufzeit fand ein Gespräch mit Schulleitungen und Stellvertretern zur bisherigen Implementierung des Projektes statt, in dem die weiteren Handlungsmöglichkeiten erörtert wurden. Diese wurden durch die Einschätzungen der Projektleitung ergänzt.

Eine Abschlussevaluation (inklusive Abschlussbefragung) dokumentiert darüber hinaus den Prozess an-

hand quantitativer und qualitativer Daten und zeigt weitere Perspektiven auf.

Zur Sichtung der Ergebnisse und zur Überprüfung der Wirkungsweise des Projektes wurde sie im Herbst 2005 durchgeführt.

Durch die Ausgangsbefragung war es möglich, mittels einer Abschlussbefragung einen Vorher-Nachher-Vergleich zu erhalten. Durch die Abschätzung der Belastungen der einzelnen Schulen mit Normwerten war eine Verankerungsmessung möglich. Die Prüfung ausgewählter Teilaktivitäten mittels eines strukturierten Analyseverfahrens und die qualitative Ergebnis- und Prozessevaluation durch 24 rückblickende Teilnehmer/-inneninterviews ergänzten das Evaluationsdesign (Kliche et al. 2006: 5).

Auf Wunsch und Anfrage wurden den einzelnen Schulen die jeweils schulspezifischen Ergebnisse durch das UKE, Institut und Poliklinik für Medizinische Psychologie, und die HAG erörtert.

Die Umsetzung

3. Projekttagebuch

Aufgaben der HAG bei der Umsetzung des Projektes

Die HAG übernahm die Aufgabe, die Umsetzung des Projektes in den vier Schulen über den Zeitraum von zwei Jahren mittels einer Projektkoordinatorin zu begleiten. Neben der Moderation des Gesundheitszirkels entwickelte sie den Fragebogen zur Ermittlung der Ausgangssituation und übernahm die Auswertung. Bei der Initiierung eines Schulentwicklungsprozesses unter dem Schwerpunktthema Gesundheitsförderung stellte sie ihr umfangreiches Know-how zur Verfügung.

Durch den Aufbau eines Netzwerkes mit anderen Kooperationspartnern stellte die HAG sicher, dass die Einzelinterventionen fachlich fundiert durchgeführt wurden. Die HAG bot außerdem Beratung und Unterstützung bei der Einwerbung von anderen finanziellen Fördermöglichkeiten an. Die Organisation von zwei projektbezogenen Fachtagungen ermöglichte einen Erfahrungsaustausch mit den anderen am Projekt beteiligten Schulen und gab den Teilnehmern und Teilnehmerinnen zugleich einen Überblick über Angebote im Bereich der Stress- und Konfliktbewältigung.

Die abschließende Evaluation zur Ermittlung der Wirkungsweise des Projektes und der durchgeführten Interventionen sollte neben einer Abschlussdokumentation die Ergebnisse aufzeigen und sichern.

Aufgaben der Schule

Nach der Vorstellung des Projektes auf Lehrerkonferenzen wurden den Schulen die Bewerbungsunterlagen ausgehändigt, in denen sie ihre Aufnahme als Modellschule begründen mussten. Um eine größtmögliche Zustimmung zu erreichen, sollten Beschlüsse auf der Lehrer/-innenkonferenz und Schulkonferenz erfolgen. Damit verpflichtete sich jede Schule für den Projektzeitraum von zwei Jahren zur Umsetzung der Einzelinterventionen in Kooperation mit anderen Institutionen. Dies bedeutete ein Einlassen auf einen Schulentwicklungsprozess unter den beiden Schwerpunktthemen Stress- und Konfliktbewältigung.

Jede Schule hatte die Aufgabe, einen Gesundheitszirkel unter Beteiligung der unterschiedlichsten Personengruppen aus dem Schulalltag (Schüler/-innen, Eltern, Lehrkräfte, nicht unterrichtendes Personal und Schulleitungen) aufzubauen. Wichtig in dieser Arbeitsgruppe waren eine hohe Motivation (Interesse am Thema, Reflexion des eigenen Verhaltens, Ideenentwicklung), die Bereitschaft zu Kooperation und Teamarbeit und die Erweiterung der Partizipationsmöglichkeiten von Schülern und Schülerinnen oder auch Eltern. Ein Austausch mit der schulnahen Umgebung, d. h. die Suche nach

Motivation und Kooperation

Verbündeten zur Umsetzung des Projektes und die Zusammenarbeit mit anderen Institutionen waren weitere wichtige Voraussetzungen.

3.1 Verlauf des Projektes in den vier Modellschulen

Schulspezifische Entwicklungen

Schon bei der Begründung der Motivation in der Bewerbung für das Projekt und zu Beginn der Gesundheitszirkelarbeit zeigte sich in den vier Projektschulen, dass die Vorgehensweise bei der Durchführung des Projektes unterschiedlich sein würde.

Dies hatte zur Folge, dass sich auch der Fortgang des Projektes schulspezifisch gestaltete, indem dortige Entwicklungen von Wünschen und Ideen berücksichtigt und umgesetzt wurden. Auf die Artikulierung von Ideen und Veränderungsmöglichkeiten wurde von Seiten der Projektkoordinatorin Beatrice Roggenbach (HAG) großer Wert gelegt. Mittels einer systematischen Vorgehensweise des Projektmanagements wurden diese in Planungsschritte gegliedert. Aus diesem Grund wird im Folgenden auch der Projektverlauf für jede Schule einzeln beschrieben. Dabei sollen vor allem auch die Besonderheiten jeder Schule und die unterschiedlichen Zugangswege zur Projektarbeit aufgezeigt werden.

Stadtteile mit schlechter sozialer Lage

Die Hamburger Stadtdiagnose hat Stadtteile untersucht und in verschiedene Kategorien (schlechte, mittlere und gute soziale Lage) aufgeteilt. Stadtteile mit schlechter sozialer Lage sind die, „in denen die Bevölkerung durchschnittlich weniger verdient, es vergleichsweise mehr Arbeitslose und mehr Sozialhilfeempfänger gibt und in denen der Bildungsstand geringer ist (...). Wohngebiete mit schlechterer sozialer Lage haben bei den Männern eine um nahezu 35 Prozent, bei den Frauen eine um 20 Prozent höhere Sterblichkeit. Sowohl frühkindliche Gesundheitsprobleme und das Übergewicht bei Kindern und Jugendlichen als auch deren Zahngesundheit können für die höhere Krankheits- und Sterblichkeitshäufigkeit maßgeblich verantwortlich gemacht werden (Stadtdiagnose 2: 4ff.)

Von den vier Modellschulen gehören drei (in den Statteilen Lurup, Horn und Billstedt) zu denen mit schlechter sozialer Lage, Farmsen hat eine mittlere soziale Lage.

Grund-, Haupt- und Realschule Oststeinbeker Weg

Die GHR Oststeinbeker Weg befand sich im Stadtteil Billstedt im Osten von Hamburg. Die Schule war in den Grundschulklassen und der Beobachtungsstufe einzügig, ab der 7. Klasse zweizügig. Das Kollegium bestand aus 24 Lehrkräften und 300 Schülerinnen und Schülern.

Im Schulprogramm waren bereits folgende Punkte verankert:

- Förderkonzept für Grundschulkinder durch Förderstunden, Ermittlung von individuellen Lernvoraussetzungen (Schwerhörigkeit oder Fehlsichtigkeit), Rechtschreib- und Lesetests
- Erhöhung der Sprachkompetenz der Stufen 5–10 durch Einübung demokratischer Umgangsformen (ausreden lassen, zuhören, eigene Gefühle vermitteln, Toleranzbereitschaft erhöhen)

Zum Sommer 2004 wurde das Schulprogramm durch den „Praxis-Lerntag – ein wöchentlicher Lerntag im Betrieb“ und die Einrichtung einer „Sozialwerkstatt“ ergänzt.

Das Projekt hat vor allem deshalb in dieser Schule einen besonderen Verlauf genommen, weil sie zum Schuljahreswechsel 2005/2006 geschlossen wurde und Klassen und Lehrkräfte in umliegende Schulen integriert werden mussten.

Als Erstes wird der Projektverlauf an der Schule Oststeinbeker Weg beschrieben und dann im zweiten Schritt durch die Fortsetzung an der anderen Schule ergänzt.

Verlauf in der Schule Oststeinbeker Weg

Wer hat mitgemacht?

Für die Bildung des Gesundheitszirkels fand sich aus den Jahrgängen 5–7 jeweils ein/-e Klassenlehrer/-in, die in ihren Klassen für die Mitarbeit von Jugendlichen warb. So nahmen durchschnittlich 6–8 Jugendliche an der Arbeitsgruppe teil.

Weiter waren die Schulsekretärin und der Schulleiter an der Arbeit im Gesundheitszirkel beteiligt. Über einen kürzeren Zeitraum zu Beginn des Projektes beteiligten sich auch zwei Mütter an der Arbeit des Gesundheitszirkels.

Fragebogenergebnisse

Als ein Ergebnis der Befragung zeigte sich, dass der Umgang unter den Schülern und Schülerinnen lediglich von einem Drittel als fair beurteilt wurde. Ebenso bewertete nur ein Drittel der Schüler den Zusammenhalt untereinander positiv. Positiv berichteten sie jedoch davon, dass bei Konflikten Lehrkräfte versuchten, eine Lösung zu finden (70 %), und 81 % der Schüler gaben an, dass die Lehrer auch wissen wollten, was genau los sei. 50 % der Schüler/-innen erlebten Lehrkräfte, die streng durchgriffen, und 42 % bestätigten regelmäßige Gespräche innerhalb der Klasse.

Fast jede/-r dritte Schüler/-in bestätigte, dass es in der Klasse eine/-n Außenseiter/-in gab. Nahezu die Hälfte der Schüler/-innen sagte, dass man untereinander versuchte, Kompromisse zu finden. Stress erlebten Schüler/-innen zu 67 % vor Klassenarbeiten und zu 31 % durch den Lärm im Klassenraum. Erlebter Stress verhinderte für 50 % der Schüler/-innen die nötige Konzentration.

Aus Sicht der Eltern waren Pausen ein Ort für entstehende Streitigkeiten (63%), und somit bewerteten nur 54 % der Eltern die Pausen als entspannend für Kinder und Jugendliche. Insgesamt bestätigten die Eltern, dass die Schule viel für Konfliktlösungen tat: 88 % begrüßten die regelmäßigen Gesprächsrunden, 66 % bewerteten das große Lösungsinteresse und das Vorhandensein von Ansprechpartnern und Ansprechpartnerinnen (65 %) als positiv.

Von den Lehrkräften war ein Drittel unzufrieden mit ihrem Schulalltag. Die Hälfte pflegte einen Austausch untereinander, um den Anforderungen und Problemen ihrer täglichen Arbeit zu begegnen. 89 % hielten Entspannungsphasen im Unterricht für sinnvoll, jedoch erlebten sie sich zu zwei Dritteln unzureichend qualifiziert, um diesem eigenen Wunsch nachzukommen. Außerschulische Kompetenzen würden von fast 80 % der Lehrkräfte gerne genutzt, wobei diese jedoch nach Ansicht des Lehrkörpers nicht ausreichend vorhanden waren.

Die Schulleitung und die Lehrkräfte stellten fest, dass eine Präsentation der Schule auf Veranstaltungen und Festen fehlte sowie auch eine Zusammenarbeit mit anderen Institutionen im Stadtteil.

Was wurde im Gesundheitszirkel getan?

Wichtig war allen Beteiligten, mit einer **Auftaktveranstaltung** zu beginnen, so dass alle Schüler/-innen und Lehrkräfte erfahren und erleben konnten, dass es ein neues Projekt an der Schule gibt.

Die Arbeit des Gesundheitszirkels begann deshalb mit der Planung eines gemeinsamen Ausflugs der Klassenstufen 5–7 in die Boberger Dünen. Kennenlernen, Spaß und Entspannung im Grünen, Bewegung u. a. durch Gemeinschaftsspiele wie Volleyball und eine Laufstaffel standen im Mittelpunkt. Dazu gab es ein gesundes Picknick, das durch Kuchenspenden von Eltern bereichert wurde.

Ausflug der Jahrgänge 5–7 an den Boberger See Foto_HAG

Eltern und andere Lehrkräfte begleiteten die Schülerschaft, und so war es ein gelungener Ausflug.

Weitere Aktivitäten wie die Beteiligung des Gesundheitszirkels an zwei **Schulfesten** sorgten innerhalb der Schule für die Bekanntheit des Projektes. So ergänzten der Getränkeverkauf, eine Schüler/-innendisco, eine Bewegungsbaustelle und ein kinästhetisches Spiel zum Fühlen von Obst und Gemüse das vielfältige und aktive Programm der Schule.

Stressbewältigung in den Klassen 7 und 8

Anknüpfend an die Ergebnisse der Befragung im Bereich der Stressbelastungen wurde auf das **Stressbewältigungstraining SNAKE** der Techniker Krankenkasse zurückgegriffen. Dieses Training vermittelt und erprobt beispielhaft ein Problemlösungsmodell. In acht Modulen à zwei Unterrichtsstunden wird neben dem Basismodul wahlweise ein Modul zu dem Thema „Gedanken und Stress“, „Entspannung und Zeitmanagement“ oder „Das Soziale Netz“ vermittelt. Die anschaulichen Arbeitsmaterialien des SNAKE-Trainings trafen auf Seiten der Schüler/-innen auf Begeisterung. Gerade in Klasse 7 und 8 wurden die vielfältigen Situationen deutlich, durch die „schlechter“ Stress entsteht, wie zum Beispiel durch Klassenarbeiten oder durch Schwierigkeiten mit Lehrkräften.

ENTSPANNUNG MIT QIGONG IM KLASSENRAUM

Wöchentlich über drei Monate fand in einer 6. Klasse der Hauptschule Oststeinbeker Weg ein Entspannungskurs mit Elementen des Qigong für Schüler/-innen im Alter von 11–13 Jahren statt. Ausgangspunkt war, dass sich die Klasse wegen der bevorstehenden Schulschließung Entspannung wünschte. Integriert in den Schulunterricht fand dieser Kurs mit ca. 30 Jugendlichen statt, die sieben verschiedenen Nationalitäten angehörten.

Inhalte und Auswahl der Übungen

Sitzen gehört zum Schulalltag, so dass die Jugendlichen damit experimentierten, welche Folgen ein entspanntes, aufgerichtetes Sitzen hat. Unterschiedliche Übungen stärken die Innenwahrnehmung, und über Dehnungen kann der Abbau von Verspannungen vor allem im Nacken- und Schulterbereich erreicht werden. Klopfmassagen, auch als Partnerübungen, schärfen das Körperbewusstsein, die Selbstwahrnehmung und die eigene Vitalisierung und sensibilisieren für einen freundlichen und entspannten Kontakt im Miteinander. Ein mentales Training ermöglicht die Erfahrung, mittels der Vorstellungskraft etwas bewirken zu können im Unterschied dazu, sich etwas einzubilden.

Auf Wunsch der Jugendlichen wurde eine kurze Einführung in gesundes Lastenheben („kleine Rückenschule“) gegeben.

Zur Lieblingsübung der Schüler/-innen avancierte eine Achtsamkeits- und Stilleübung, bei der die gesamte Klasse dem Ton einer Klangschale nachlauschte, die auf dem Kopf eines Schülers oder einer Schülerin angeschlagen wurde.

Ziele des Kurses

Ein Hauptziel war, den Jugendlichen die Grundlagen zu vermitteln, wie sie sich selbst mit wenig Aufwand in eine Haltung/Position bringen können, die körperliche und mentale Entspannung möglich macht. Dafür war es wichtig, ihnen die entsprechenden theoretischen Grundkenntnisse (Muskeln, Skelett, Gelenke, lotrechte Achse) zu vermitteln und entsprechende Übungen zu wiederholen. Die theoretischen Inhalte wurden dabei an die praktischen Übungen und alltägliche Situationen der Kinder angepasst und zumeist in dialogischer Form (gemeinsames Nachdenken) erarbeitet.

Mir war wichtig, die Kinder nicht nur passiv angenehme und entspannte Momente genießen zu lassen, sondern aktiv zu nachhaltigen Verhaltensänderungen beizutragen.

Neben der praktischen Erfahrung ging es auch um Bewusstwerdung der Selbstwahrnehmung, was Erfahrungen zusätzlich verankert. So folgte auf die Übungen für die Jugendlichen immer die Möglichkeit, ihre Erfahrungen mitzuteilen.

Ein Beispiel: Zu der Frage „Wie hat sich eure Mitte angefühlt?“ kamen Antworten wie „warm, hell, erst warm – dann kalt, bunt und warm, rundherum war alles rot, und in der Mitte war nichts, schwer, wurde immer wärmer, wurde größer, ist immer noch so warm, hat den ganzen Körper warm gemacht“.

Die Schüler/-innen berichteten verschiedentlich, dass sie das, was wir geübt hatten, als Anregungen aufgriffen und in Alltagssituationen ausprobierten, z. B. das entspannte Sitzen vor dem Fernseher oder das verwurzelte Stehen in der U-Bahn. Ein Mädchen, das mich am Anfang besorgt gefragt hatte, ob dieses aufrechte Sitzen denn nicht hochnäsig aussehen würde, erzählte in der letzten Stunde, dass sie sich jetzt daran gewöhnt hätte, aufrecht zu sitzen, und das sehr entspannend fände.

Soziale Komponenten: Allein entspannt – oder miteinander gespannt?

In einer so engen Gemeinschaft wie 30 Schüler/-innen in einem kleinen Klassenraum ist es kaum möglich, sich als Einzelner entspannt zu fühlen, wenn das Verhältnis zu denen, die rechts, links, vor und hinter einem sitzen, angespannt ist. Deshalb förderten Partnerübungen die Wahrnehmung für den anderen wie z. B. beim gegenseitigen Rückenklopfen zur Entspannung.

Gegenseitige Berührung ist in dieser Altersgruppe zwischen Mädchen und Jungen, aber auch unter Jungen sehr problematisch. Es ist auch ein Indiz

EXKURS
Dietlind Zimmermann

dafür, dass das enge Beisammensein im normalen Schulalltag eben nicht unbedingt entspannt ist. Erfreulich war die sehr positive Entwicklung innerhalb weniger Wochen. Durch einen möglichst spielerischen Umgang mit Berührung sanken die Hemmschwellen, und durch das Prinzip der Gegenseitigkeit wurde der Umgang schnell achtsamer, und aggressive Impulse wurden deutlich seltener.

Eine auch im Klassengefüge sicherlich positiv zu bewertende Erfahrung war, dass es bei solchen Übungen nicht unbedingt die „tollen Typen“ sind, die sonst den Ton angeben, die durch gutes Gelingen positiv auffallen. Manchmal sind es gerade diejenigen, die eher im Hintergrund stehen und nicht die größte Anerkennung genießen. Die Auswirkungen für das Selbstwertgefühl der Jugendlichen waren augenblicklich in Körperhaltung, Mimik und der Ausstrahlung der Augen zu sehen.

Auch bei Jugendlichen, denen es deutlich schwerer fällt, Ruhe zu finden, konzentriert und ruhig zu bleiben, war beobachtbar, dass sie z. T. tiefgehende neue Erfahrungen machen konnten und die Übungen sehr genossen haben.

Aufnahme des Kurses durch die Lehrer

Die erhoffte Nachhaltigkeit lässt sich allerdings nicht ohne Engagement der Lehrer erreichen, die das Angebot aufnehmen und ggf. festigen. Hier habe ich sehr positive Erfahrungen mit dem begleitenden Klassenlehrer gemacht, der außerhalb meiner Stunden Übungen wiederholte (im Sportunterricht) und mich um die Wiederholung bestimmter Übungen bat, damit diese tiefer in die Körperwahrnehmung der Jugendlichen verankert werden konnten. Zum anderen war ihm auch daran gelegen, die Übungen selbst genauer kennen zu lernen, um sie später mit den Jugendlichen wiederholen zu können.

So war die Kooperationsbereitschaft des Lehrers meines Erachtens ein wichtiger Beitrag dazu, die einmal gemachten Erfahrungen der Jugendlichen zu festigen, so dass es nicht bei einer Ausnahmesituation für zehn Wochen blieb.

Dietlind Zimmermann, Lehrerin für Tai Chi Chuan & Qigong

Übungen zur Entspannung Foto_Dietlind Zimmermann

Ein gemeinsames Mittagessen wird zubereitet Foto_Schule Oststeinbeker Weg

Die Teilnahme an der **Fachtagung** im November 2004 bewirkte, dass neue Schüler/-innen zu der Gesundheitszirkelarbeit dazukamen. Sie hatten Interesse, einige der erprobten Maßnahmen in der Schule umzusetzen.

Herausforderung Schulschließung

Parallel dazu erfuhr die Schule von der Schulbehörde, dass sie zum Schuljahresende aufgrund der abnehmenden Anmeldezahlen geschlossen werden sollte. Dies traf alle sehr unvermittelt und rief große Unsicherheiten und Ängste auf Seiten aller Betroffenen hervor. Im Gesundheitszirkel wurde die neue Situation thematisiert und daraufhin ein Halbjahresplan entwickelt, um zielgerichtet in der verbleibenden Zeit weitere Ideen umsetzen zu können.

Die 6. Klasse entschied sich für die Durchführung der **Unterrichtseinheiten zur gesunden Ernährung**. Das von der HAG eigens entwickelte Konzept „Fit & Fun“ besteht aus mehreren Unterrichtseinheiten. Die Auswahl von vier Einheiten traf die Klasse gemeinsam mit dem Klassenlehrerteam. Eine Ökotrophologin führte die Stunden durch.

Zusätzlich fand über zehn Wochen ein einstündiger **Entspannungskurs** in der Klasse statt, an dem auch der Klassenlehrer teilnahm. In diesem Kurs brachte Dietlind Zimmermann mit praktischen Übungen den Schülern Methoden aus dem Qigong nahe. Dieser Kurs fand im Klassenzimmer statt und bezog Haltung, Sitzgewohnheiten und andere Verhaltensweisen der Jugendlichen ein.

„Am 16.02.05 war unser Projekttag (Projekt Fit & Fun). Wir haben darüber geredet, was ist gesunde und was ist ungesunde Ernährung. Wir haben Frau Jenkner (freie Mitarbeiterin der HAG) Fragen gesellt, sie hat die Fragen beantwortet. Sie hat grüne und rote Papiere ausgeteilt, auf die wir schreiben sollten, was gesund (grün) und was ungesund (rot) ist. Wir sollten auch schreiben, was unser Lieblingsfrühstück ist. Wir haben Fragen gestellt, geredet und gelernt. Es war ein großer Unterschied, statt zu lernen. Nachdem wir geredet haben, sind wir in die Küche gegangen; dort haben wir Obst und Gemüse auf Spieße gemacht. Frau Jenkner hatte schon für uns ein paar kleine Becher gekauft und vier Flaschen Wasser, aber das Wasser war kein gewöhnliches, sondern süß, sauer, salzig, bitter. Wir haben alles geschmeckt und gerochen. Es war ein großer Spaß.“

Nurcay, 6. Klasse

Konfliktlösung in den Klassenstufen 7 und 8

Die vier 7. und 8. Klassen entschieden sich für die **Klassenratausbildung**. Dazu wurden aus jeder Klasse zwei bis drei Schüler/-innen gewählt, die an einer viertägigen Schulung teilnahmen. In dieser Schulung wurden sie darauf vorbereitet, zukünftig den Klassenrat zu leiten, für Ruhe zu sorgen, Gruppenspiele anzuleiten und mit der Klasse Konflikte zu lösen oder gemeinsame Aktivitäten durchzuführen.

Unterstützend wurden auch die Klassenlehrer/-innen auf die Gestaltung der Klassenratstunde vorbereitet. So wurde gewährleistet, dass die Leitung der Klassenräte weitestgehend auf Seiten der Jugendlichen lag. Diese Schulung hat das ikm – Institut für Konfliktlösung und Mediation – durchgeführt.

Sexualität und Aidsprävention

Im April 2005 gastierte für die 7. und 8. Klassen das **Jugendtheater „Was heißt hier Liebe!?“** in der Aula der Schule. Das Theaterstück geht der Frage nach, wie Paul und Paula ihre Lust auf Liebe, Zärtlichkeit und Sex zwischen Medienidealen und Minderwertigkeitskomplexen leben können. Dort, wo in der Wirklichkeit meist nichts mehr läuft und Frust einkehrt, zaubert das Theater ein Happy End. Themen wie Aids und Empfängnisverhütung kommen ebenso zur Sprache wie Potenz- und Orgasmuszwänge und die eigene Unsicherheit.

Schulabschied

Um der Schulschließung angemessen Rechnung zu tragen, entschied sich die Schule für ein ab-

schließendes großes **Schulfest** im Sommer 2005. Von den Schülerinnen und Schülern des Gesundheitszirkels wurde eine Disco mit Getränkeverkauf organisiert. Daneben wurde von dem Verein Spieltiger e.V. eine Bewegungsbaustelle mit Balanciermöglichkeiten aufgebaut. Andere Aktivitäten waren u. a. Dosenwerfen, Tanzaufführungen, der Zumoring mit Judogriffen und ein Angelspiel.

Im Gesundheitszirkel selbst wurden diejenigen mit einem Frühstück und Bowling verabschiedet, die nicht in die Schule Hermannstal wechselten, die die meisten Schüler der GHR Oststeinbeker Weg aufnahm. Neben einigen Schülerinnen und Schülern betraf der Abschied die Schulsekretärin und den Schulleiter.

Klassenratausbildung Foto_IKM

Wie ging es weiter an der Schule Hermannstal?

Die Projektleitung der HAG hatte mit der Schule Hermannstal Kontakt aufgenommen und dort angeboten, das Projekt fortzusetzen. Dies traf auf positive Resonanz, insbesondere weil man sich von dem Projekt auch erhoffte, dass es den Integrationsprozess unterstützt.

Auch wenn es einen Stamm von beteiligten Personen gab (zwei Klassenlehrer/-innen, mehrere Schüler/-innen), begann die Arbeit damit, den Gesundheitszirkel zu stabilisieren und neue Personen aus den einzelnen schulischen Gruppierungen der Schule Hermannstal dazuzugewinnen. Ein Sportfest mit unterschiedlichsten Aktivitäten beschleunigte den Kennenlernprozess unter den Schülern und Schülerinnen ebenso wie die zur Verfügung stehenden Wahlnachmittagsangebote.

Von Vorteil an der Schule Hermannstal war, dass es dort schon einige Aktivitäten zum Bereich Gesundheitsförderung gab, an die angeknüpft werden konnte. So fand für alle 7. Klassen eine Projektwoche Gewaltprävention statt.

Projektwoche Gewaltprävention

Mit dem **Theaterstück „Schlag 12 Pause“** wurde in den drei Klassen des Jahrgangs 8 durch die pädagogisch ausgebildeten Schauspieler/-innen Monika Els und Jens Richter eine Palette möglicher Gewaltsituationen gezeigt, in die Jugendliche verwickelt sein können. Im anschießenden Seminar konnten die Schüler/-innen Möglichkeiten alternativer und konstruktiver Konfliktlösungen erproben. Der ersten Klasse, in der dieses Seminar durchgeführt wurde, gefielen das Theaterstück und das Seminar so gut, dass sie es den anderen Klassen des Jahrgangs 8 empfahlen.

Gemeinschaftsaktivitäten fördern gutes Schulklima

Vor den Weihnachtsferien wurde die Idee einer jährlichen **Weihnachtsfeier aller Klassen**, wie es sie im Oststeinbeker Weg gegeben hatte, in der Schule Hermannstal umgesetzt. Bei offenen Klassenzimmern konnten die Schüler/-innen Laternen basteln, Hexenhäuschen kleben, Waffeln oder Kuchen essen oder in der Disco Musik hören und tanzen. Der Impuls für diese Art der Weihnachtsfeier, die ein Kennenlernen der Klassen untereinander fördert, ging von den Jugendlichen aus. Sie übernahmen auch die konkreten Umsetzungsschritte selbst.

Klassenratausbildung Foto_IKM

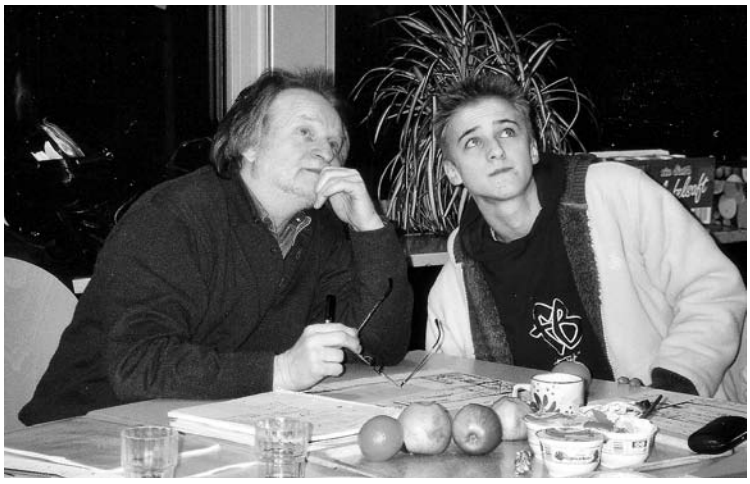
Elternmitarbeit als Ressource

Um die Eltern zur Mitarbeit im Gesundheitszirkel zu ermutigen, wurde Kontakt mit dem Elterncafé der Schule aufgenommen. Dort treffen sich zweimal wöchentlich Eltern zum Austausch und zur Planung von Schulaktivitäten. Auf diese Weise entstand eine gute Zusammenarbeit zwischen Elternhäusern und Schule.

Das Elterncafé befasste sich zur Zeit des Projektes gerade mit dem Wunsch nach der **Verschönerung der Pausenhalle** und fragte den Gesundheitszirkel um Unterstützung an.

Der Gesundheitszirkel unterstützte dieses Anliegen, und so wurden unter Begleitung einer Architektin folgende Veränderungen in die Wege geleitet:

- Verkleidung eines Eisengeländers mit Holz und Nutzung der Fläche zur Dekoration von Schüler/-innenarbeiten
- Umstellung der Tische, farbige Wachstuchdecken, Zwischenräume durch große Blumenkästen
- Farbige Holztafeln als Bilderrahmen für Schülerarbeiten
- Farbige Wand



Verschönerung der Pausenhalle mit Eltern, Schülern und Schülerinnen, Lehrkräften. Foto_HAG

Ergebnisse des Schulentwicklungsprozesses

Die Handlungsebenen in der Schule Oststeinbeker Weg und später Hermannstal zeigen sehr deutlich, dass viele Aktivitäten an die Interessen und Bedürfnisse der einzelnen Klassen angebunden wurden. Bei der Entscheidung, welche Aktivitäten durchgeführt werden sollten, standen die Interessen der Schüler/-innen im Vordergrund. Mit der Zeit übernahmen die Schüler/-innen immer mehr die Aufgabe, Überlegungen zu möglichen Aktionen in der Klassengemeinschaft zu diskutieren und wieder an den Gesundheitszirkel oder in andere schulische Gremien wie die Schülervertretung zu vermitteln. Somit konnte im Projektverlauf eine zunehmende Einmischung und Beteiligung der Schüler/-innen festgestellt werden. War es zu Beginn ein ungewohntes Prinzip für alle Beteiligten, in so einer gemischten Arbeitsgruppe zu arbeiten, so wurde dies mehr und mehr von den Lehrkräften herausgefordert, und die Zurückhaltung der Schüler/-innen wich.

Der Gesundheitszirkel stellte in seinem Resümee fest, dass die Maßnahmen, die in den Bereichen Konflikt- und Stressbewältigung, gesunde Ernährung und insbesondere im Bereich des Kennenlernens durchgeführt wurden, das Zusammenwachsen der beiden Schulteile begünstigt haben. Die geplanten Maßnahmen zur Verbesserung des Schulumfeldes, hier die Verschönerung der Pausenhalle, stellen die nahe Zukunftsperspektive dar. Konkrete Ziele, die kontinuierlich verfolgt werden, sind nach Ansicht des Gesundheitszirkels wichtig, um Motivation und Beständigkeit innerhalb der Arbeitsgruppe zu ermöglichen.

„Durch die HAG und speziell den Gesundheitszirkel wurden und werden in unserer Schule vorhandene Kräfte geweckt und gebündelt. So besteht die berechtigte Hoffnung, dass zumindest Teile des Projektes auch nach dem Ausscheiden der HAG an unserer Schule weiterleben.“ (Kobbelgaard/Losch: Stadtpunkte 2/2006: 9)

Als verbesserungswürdig wurde die unzureichende Beteiligung von Schülern/-innen und Lehrkräften aus der Ursprungsschule Hermannstal erachtet. Das soll geändert werden, indem Lehrkräfte ab dem neuen Schuljahr über die Vergabe von Funktionsstunden am Projekt beteiligt werden. So können Aktivitäten durch langfristige Planungen auf den Lehrerkonferenzen abgesichert werden. Dies ist ein wichtiger Schritt für Transparenz und Akzeptanz der Gesundheitsförderung.

Anni Kobbelgaard, Lehrerin: „Wir müssen bei der Planung überlegen, ob es uns wichtig ist, dass alle dabei sind. Dann müssen wir langfristig planen. Ansonsten können wir kurzfristige Aktionen machen auch mit dem Preis, dass nicht alle dabei sind.“ Als wichtig erachtet der Gesundheitszirkel weiterhin, dass Enttäuschungen vermieden werden, indem Einzelprojekte realistisch geplant werden (finanzielle Mittel, personelle Kapazitäten), so dass diese umgesetzt werden können und damit erfolgreich sind.

Im Resümee des Gesundheitszirkels wurde ebenfalls herausgearbeitet, dass es nicht reicht, sich ein Mal mit einem Gesundheitsthema zu befassen (z. B. gesunde Ernährung), sondern dass das Thema immer wieder ins Gedächtnis aller Beteiligten gerufen werden muss. Eine Bewusstseinsveränderung ist keine Sache von Spontanität, sondern braucht Zeit und Verantwortlichkeit.

Auch wenn Aktivitäten beschlossen und Verantwortlichkeiten geklärt sind, braucht es ein Controlling, um eine Umsetzung zu garantieren bzw. auftretende Schwierigkeiten zu beseitigen, resümiert der Gesundheitszirkel nach den zwei Projektjahren. Ansonsten bestehe die Gefahr, dass die Sachen nicht zu Ende geführt würden.

Geschwister-Scholl-Gesamtschule

Die Geschwister-Scholl-Gesamtschule besteht seit 1979 und hat zurzeit 502 Schüler/-innen in den Klassenstufen 5 bis 10, 49 Lehrkräfte und 11 Sozialpädagogen und Sozialpädagoginnen im Beratungsdienst und für die Betreuung der Integrationskinder. Damit verfolgt die Schule das Ziel, „ein Zusammenleben aller Menschen in ihrer Unterschiedlichkeit bei Anerkennung und Würdigung ihrer individuellen Stärken und Schwächen möglich zu machen“. (Schulprogramm 2001: 11) Seit 2003 ist die Schule eine Ganztagsschule, so dass die Schüler/-innen in der Cafeteria ein warmes Mittagessen einnehmen können und die Mittagspause durch unterschiedlichste Aktivitäten gestaltet werden kann. Nachmittags finden dann unterschiedlichste Angebote der Freizeitgestaltung, Fördergruppen und Tutorentreffen im Klassenverband statt.

Schulhof-AG bei ihren Planungen Foto_Sabine Tengeler

Zu dem Bereich Bewegung und Gesundheit ist im Schulprogramm verankert, dass auf dem Schulhof ein Spielecontainer steht, aus dem sich die Schüler/-innen Spielgeräte ausleihen können. Ein Basketballfeld, eine Pyramide, eine Balancierstange und eine Torwand ermöglichen weitere Bewegungsspiele. Sportangebote außerhalb der Unterrichtszeit sowie die Durchführung der „Kinderkur“ dienen des Weiteren dem Ziel der Gesundheitsförderung (Schulprogramm 2001: 22). Die Bewegungsmöglichkeiten und -angebote auf dem Schulhof wurden jedoch als nicht ausreichend angesehen, so dass im Rahmen eines Nachmittagsangebotes die Umgestaltung des Schulhofes begonnen wurde.

Ein weiterer Schwerpunkt der pädagogischen Arbeit der Schule ist das soziale Lernen in den Klassenstufen 5–10. In dessen Konzeptentwurf sind für alle Jahrgänge verbindliche Themen des Kennenlernens, der Integration sowie des Umgangs mit Konflikten und Aggressionen enthalten.

Die Schule war bereits in diversen Bereichen der Gesundheitsförderung aktiv, Schüler/-innen absolvierten beispielsweise die Streitschlichterausbildung, es gibt das Nichtraucherprogramm „Be smart – don't start“ und eine Moby-Dick-Gruppe für adipöse Jugendliche.

Schulhof der Geschwister-Scholl-Gesamtschule Foto_Sabine Tengeler

Wer machte mit?

Die Gesundheitszirkelarbeit in der Geschwister-Scholl-Gesamtschule wurde maßgeblich von einer Sozialpädagogin und einem Sozialpädagogen aus dem Beratungsdienst der Schule getragen. Sie sahen einen großen Bedarf in der Berücksichtigung gesundheitsförderlicher Verhaltensweisen bei der Weiterentwicklung des Schulalltags.

Für ihre Interessen konnten sie die Schulleitung, den Sicherheitsbeauftragten und ein bis zwei Eltern gewinnen. Die Resonanz seitens der Lehrkräfte war verhalten, jedoch standen sie bei der Durchführung entsprechender Maßnahmen in den Klassen unterstützend zur Verfügung.

Da die Schule eine Ganztagsschule ist, gelang die kontinuierliche Mitarbeit von Jugendlichen als Alternative zum Nachmittagsprogramm nicht. Vereinzelt tauchten sie aber bei Treffen des Gesundheitszirkels auf, wenn es Diskussionspunkte gab, die sie direkt betrafen.

Ergebnisse der Ausgangsbefragung

Die Zufriedenheit mit dem Schulalltag wurde von Schülern und Schülerinnen, den Eltern und dem Lehrkörper unterschiedlich wahrgenommen: Zufrieden mit dem Schulalltag waren 56 % der Lehrkräfte, 66 % der Eltern, 67 % der nicht Unterrichtenden und 100 % der Schulleitung. 90 % der Schüler/-innen gingen gerne bis mittel gerne in diese Schule.

Stress entstand nach Meinung der Eltern zu 75 % durch Streit in den Pausen, die Lehrkräfte bestätigten dies zu 91 %.

Nach Meinung der Schüler/-innen sorgten nicht nur Klassenarbeiten für Stress (66 %), sondern auch Zeitdruck (38 %), Lärm (27 %) Überforderung und Streit mit Klassenkameraden (je 23 %). Kopfschmerzen waren bei 41 % der Schüler/-innen die Folge. Außenseiter/-innen in den Klassen benannten gut die Hälfte aller Schüler/-innen als Problem.

Konflikten wurde aus Sicht der Schüler/-innen durch Lösungssuche zu 59 % begegnet, nur ein Drittel erlebte den Zusammenhalt unter den Schülerinnen und Schülern als gut.

Die Eltern bewerteten die Strategien innerhalb der Schule zur Konfliktlösung als deutlich positiv, wobei die Klärung der Konflikte für mindestens 50 % der Eltern zu lange dauerte. Immerhin 40 % stellten ihre Unterstützung bei Konflikten und im Bereich Entspannung in Aussicht.

Mit der Erhaltung der Arbeitsqualität waren jedoch nur 39 % der Lehrkräfte zufrieden. So zeigte sich, dass Lehrkräfte sich eine Bündelung der schulischen Ressourcen wünschten und gegenseitige Unterstützung nötig wäre. Die Zusammenarbeit mit dem Kollegium und der Schulleitung erlebte das nicht unterrichtende Personal als positiv.

Einig waren sich alle Gruppen darin, dass mehr Kommunikation zwischen den verschiedenen Gruppen zur Optimierung der Arbeitsabläufe wie auch der Beziehungsgestaltung nötig sei.

Entspannungsmöglichkeiten durch die Struktur der Ganztagsschule fehlten gänzlich.

Wo bestanden Handlungsbedarfe?

Die Ergebnisse der Ausgangsbefragung zeigen, dass es u. a. Handlungsbedarfe im Bereich der Stressreduktion, der gesunden Ernährung und der Kommunikation zwischen Schule und Elternhaus gab.

Gesunde Ernährung

So wurde im 6. Jahrgang die Durchführung von „Fit & Fun“ (ein Seminarkonzept der HAG) als **Unterrichtseinheiten zur gesunden Ernährung** angeregt und veranlasst. Um die Akzeptanz der schuleigenen Kantine zu erhöhen, gab es dort ein gemeinsames Mittagessen.

Die Mängel der **Schulverpflegung** in der Kantine wurden in einer Kleingruppe gesammelt und an die Schulleitung weitergeleitet, um perspektivisch Verbesserungen zu erwirken. Dabei stellte sich heraus, dass dies in den verschiedensten Gremien

und Gruppierungen (Elternrat, Lehrerschaft, Schülerschaft) bereits Thema war. Die Mängel wurden gebündelt und sollten mit dem Anbieter des Schulessens geklärt werden.

Planungszeit im Schulbüro zur Optimierung der Arbeitsabläufe

Aufgrund der Beteiligung einer der Schulsekretärinnen an dem Projekt wurde die Überlastung im Schulbüro deutlich. Als geeignete Maßnahme erschien es der Schulsekretärin, eine wöchentliche Planungszeit zur Koordination der Arbeitsaufgaben im Schulbüro zwischen den beiden Sekretärinnen zu vereinbaren. Die Realität zeigte jedoch, dass selbst diese kurzen Termine kaum zu organisieren waren, weil der Alltag durch unplanbare Aufgaben unterbrochen und beeinflusst wird.

Nachdem deutlich wurde, dass selbst kurze Zeiträume im Schulbüro nicht einplanbar sind, entschied sich das Schulbüro in Absprache mit dem Schulleiter dazu, eine **Organisationsentwicklung** in Anspruch zu nehmen. In dieser trat das Thema der Arbeitsorganisation jedoch letztlich in den Hintergrund. Denn als wichtigstes Anliegen stellten sich die Verbesserung der internen und externen Kommunikationsstruktur und ein angemessenerer Umgang in Konfliktsituationen heraus. Die Verbesserung dieser Strukturen mit Hilfe der Organisationsentwicklung führte bei den Mitarbeiterinnen zur Entlastung und trug zu einer zunehmenden Zufriedenheit bei.

Stressbewältigung für die Jahrgangsstufe 8

Um den Ergebnissen der Ausgangserhebung in Bezug auf das Stresserleben der Jugendlichen Rechnung zu tragen, wurde im Herbst 2004 in der Schule für die Klassenstufe 8 das **Stressbewältigungstraining SNAKE** durchgeführt. Thema des Seminars waren insbesondere die Schwierigkeiten, die Schüler/-innen mit Lehrkräften haben. Ziel war es, die Jugendlichen zu befähigen, in den Dialog mit den Lehrkräften zu treten, um für sich eine Verbesserung der Situation zu erreichen.

An dieser Stelle zeigte sich die Grenze der Beteiligung außerschulischer Partner, da diese mit den Jugendlichen eine Vereinbarung der Verschwiegenheit eingegangen waren und somit nicht nachgewiesen werden kann, inwiefern die Jugendlichen die Anregungen umgesetzt haben.

Die Schulsekretärin an ihrem Arbeitsplatz Foto_Gechwister-Scholl-Gesamtschule

Entspannung für Jungen

Von Seiten einiger Jungen aus dem 7. Jahrgang wurde thematisiert, dass ihnen ein Jungenraum zur Entspannung fehle. Sie wünschten sich dies, weil auch die Mädchen über einen eigenen Raum verfügen. Trotz aller ernsthafter Suche stand kein geeigneter Raum im Schulgebäude zur Verfügung. Dennoch wurde dieser Wunsch bei der Frage nach der Nutzung und Gestaltung der Räume, insbesondere der Freizeiträume, aufgegriffen.

Den beiden zuständigen Personen (Sozialpädagogin und Lehrkraft) fehlte im normalen Schulalltag jedoch die Zeit für diese konzeptionellen Überlegungen. Das Alltagsgeschäft mit seinen Beratungen und Nachmittagsangeboten verhinderte die Refle--xion. Besondere Brisanz hat dies, da die finanziellen Mittel an eine angemessene Ausnutzung der Nachmittagsangebote gebunden sind.

Optimierung des Nachmittagsangebotes

Den beiden Pädagoginnen wurde aufgrund dieser Situation eine moderierte **Beratung und Konzeptentwicklung** angeboten, um dieses wichtige Thema zu bearbeiten. Ziel war es, bis zum Schulhalbjahr ein entsprechendes Konzept mit Handlungsschritten zu erarbeiten.

In dieses Konzept sollten auch die Überlegungen integriert werden, wie Jugendliche bei der Spieleausleihe in der Mittagspause Verantwortung übernehmen können.

Wunsch nach Elternbeteiligung

Daraus entwickelten sich folgende Punke:

- Im Rahmen der Mittagspause soll eine Teestube mit Spieleausleihe eingerichtet werden. Die Streitschlichter sollen dort einen Bereich bekommen, um ihr Amt auszuführen. Die Teestube wird in gemeinsamer Verantwortung durch Schüler/-innen, Eltern und Großeltern betreut. Angeleitet werden diese vom Beratungsdienst, der den Schülerinnen und Schülern ein Zertifikat ausstellt und ihnen zur Erkennung ihrer Verantwortlichkeit ein „Dienstschild“ überreicht.
- Eltern sollen insbesondere auch für die Ausführung ganz praktischer Tätigkeiten mobilisiert werden, sich an diesem Projekt zu beteiligen.

Als ein weiterer wichtiger Punkt kristallisierte sich ein Umdenken in der Elternarbeit heraus. Festgestellt wurde, dass Eltern nicht einfach aus sich heraus Schulalltag mitgestalten wollen, sondern den Anspruch an Schule haben, dass Schule „funktioniert“, das heißt, dass die Kinder versorgt sind, ausreichend lernen und es möglichst wenig Unterrichtsausfall gibt.

ELTERNWERKSTATT: EIN NEUER WEG

EXKURS
Marianne Heyden-Busch

„Das Beste für unsere Kinder!“ Nach dieser Vorgabe handeln die Elternwerkstätten in Hannover. Über die stadtteilbezogene Kooperation für eine Erziehungspartnerschaft mit Eltern und über die Stärkung ihrer Erziehungskompetenzen werden die Bildungschancen von Kindern und Jugendlichen verbessert.

Die Zusammenarbeit mit Eltern ist eines der gemeinsamen Handlungsfelder in der Stadtteilarbeit unterschiedlichster Fachkompetenzen und Aufgabenfelder. Deshalb hat der Bereich Stadtteilkulturarbeit mit der Idee „Elternwerkstatt“ Kontakte zu Kindertagesstätten, Schulen und nach Bedarf zu allen, die im Stadtteil zum Thema Eltern und Erziehung aktiv sind, hergestellt, um die Elternwerkstatt gemeinsam zu gestalten.

Grundannahme ist dabei,

- dass Kinder mit Erwachsenen leben wollen, die Zeit für sie haben, die ihnen zuhören und ihnen zeigen, dass sie wichtig sind. Sie wünschen sich Erwachsene, die sie in die Welt begleiten.
- dass Eltern das Beste für ihre Kinder erreichen möchten. Eltern wollen gestärkt, unterstützt und angenommen werden, so, wie sie sind. Sie wünschen sich ein Netzwerk für sich, um ihr Leben mit Kindern zu meistern.

Elternwerkstätten werden jeweils vor Ort in öffentlichen Einrichtungen im Stadtteil eingerichtet – meist in Kindertagesstätten oder Schulen. Die Elternwerkstätten folgen dabei keinen festgelegten Inhalten, sondern bieten Raum für Begegnung, Auseinandersetzung und die jeweils dort aktuellen Inhalte.

Eltern sind Partner: Ihre Wünsche, Fragen, Ideen und Forderungen, aber auch ihr Können und ihr Einsatz sind gefragt.

Eine Elternwerkstatt kann Informationsquelle, Experimentierfeld, Erfinderraum und Labor für Problemlösungen sein mit Workshops, Projekten, Veranstaltungen, Vorträgen, Café und anderem mehr.

Die Kindertagesstätten und Schulen sind Anlauf- und Kontaktstellen für die Eltern, alle anderen sind fachliche Partner. Jede Elternwerkstatt braucht einen Manager oder eine Managerin.

Die Elternwerkstätten richten sich an alle Eltern einer Stadt, d. h. auch an die Eltern, die von sich aus für ihre Unterstützung nicht die Beratungsstellen und Familienbildungsstätten oder andere Angebote sozialer und kultureller Arbeit für Eltern in Anspruch nehmen. Diese Eltern können nur über die Kindertagesstätten und Schulen erreicht werden.

Ziele für die Elternwerkstatt sind:

- das Beste für die Kinder
- Verbesserung der Bildungschancen von Kindern und Jugendlichen im Stadtteil
- alle Eltern zu erreichen
- Veränderung des Alltags in den Familien und in den Einrichtungen
- soziale Netzwerke unter Eltern zu fördern

Maßnahmen

Um alle Eltern zu erreichen, hat in den Elternwerkstätten der Kontakt in Augenhöhe eine besondere Bedeutung. Mit der Elternwerkstatt wird ein Entwicklungsprozess eingeleitet, der Schritt für Schritt zu einer veränderten Haltung für Zusammenarbeit und Vernetzung führt: Nicht für, sondern mit, und nicht mehr, sondern anders zu arbeiten, und hinzugehen, statt „Kommt her“ zu sagen, sind die Grundlagen der Arbeit.

Der Gesundheitszirkel wollte die bereits in der Ausgangserhebung angebotenen Ressourcen der Eltern nutzen. Dabei stellte sich die Frage: Welche Ressourcen sind dies, und wie können diese eingesetzt werden?

Aus Hannover war ein Konzept zur Elternwerkstatt bekannt, und so führte die Schule unter Beteiligung von Marianne Heyden-Busch eine entsprechende **Fortbildung** durch. Daraus entstanden u. a. folgende Ideen:

- Eltern übernehmen als Vertretung von Lehrkräften die Öffnung des Bewegungscontainers, um regelmäßige Spieleausleihen zu gewährleisten.
- Lehrkräfte verbringen als Aktion die Mittagszeit gemeinsam mit Schülerinnen und Schülern (klassenweise) in der Cafeteria.
- Die Gestaltung der Mittagspause wird als Thema in den Unterricht integriert.
- Schüler/-innen sollen angeleitet werden, kleinere Ämter für die Mittagszeitbetreuung in den verschiedenen Räumen und Pausenhallen zu übernehmen.

DER ZUSAMMENARBEIT MIT ELTERN

Fortbildung Elternwerkstatt Foto_HAG

Anstatt die Elternarbeit auch noch innerhalb der eigenen Einrichtung oder Institution zu bewerkstelligen, werden für die Elternwerkstatt von Anfang an Partner im umliegenden Sozialraum gesucht.

Soziale und kreative Potenziale werden durch Stärkung der Eltern und durch präventives Arbeiten gefördert; jedoch wird in den Elternwerkstätten gleichzeitig Verantwortungsübernahme gefordert. Abzuklären ist untereinander, welchen Nutzen die Arbeit in der Elternwerkstatt den einzelnen Beteiligten bringen soll. Möglichst viel möglich zu machen ist die Devise unter Ausschöpfung der vorhandenen Ressourcen und Potentiale.

Ein Weg in die Praxis

Eine Schule, die an dem Projekt „Spannende Schule – entspanntes Miteinander“ beteiligt ist, möchte in diesem Rahmen auch neue Wege in der Zusammenarbeit mit Eltern gehen und wendet sich an den Bereich Stadtteilkulturarbeit.

In einem ersten Workshop für Lehrer/-innen, Schulsozialpädagogen und -pädagoginnen und Eltern dieser Schule wird das Handwerkszeug der Elternwerkstatt vorgestellt und das konkrete Thema kreativ erarbeitet. Die Schule hatte sich vorgenommen, die Mittagspause nach gesundheitlichen Kriterien neu zu gestalten. Am Ende des Workshops steht die Idee im Raum, als nächsten Schritt mit der ganzen Schule einen Projekttag lang „Pause“ zu machen und die Gestaltung den einzelnen Gruppen und Klassen zu überlassen. Dazu sind in dem Workshop von den nach Funktion und Rolle in der Schule getrennten Gruppen aus ihrer Sicht Beiträge für diesen „Pausentag“ zusammengestellt worden.

Nicht noch mehr, sondern anders zu arbeiten, den Blick nach außen zu richten und herauszufinden, wer das Anliegen unterstützen könnte, war die Aufforderung, um neue Wege in der Zusammenarbeit mit Eltern zu gehen.

Marianne Heyden-Busch
Fachbereich Bildung und Qualifizierung – Stadtteilkulturarbeit

EXKURS

Theater im Klassenraum Foto_HAG

Gewaltprävention und das Theaterstück „Schlag 12 Pause"

Auch in dieser Schule wurde das Thema Gewaltprävention turnusmäßig im 9. Jahrgang in Form einer Projektwoche bearbeitet. Die Lehrkräfte nahmen mit Interesse das Theaterstück „Schlag 12 Pause" als Angebot auf, so dass es in drei Klassen gezeigt wurde.

Nach dem 45-minütigen Theaterstück werden anhand der konkreten Szenen Fragen zur Entstehung von Gewalt, zum Erleben von Gewalt durch die unterschiedlichen Beteiligten und zu angemessenem Verhalten thematisiert. Lösungen werden durch den Schauspieler oder die Schauspielerin nach der Regieanweisung der Jugendlichen nachgespielt, und gemeinsam wird nach einer wirklich guten Lösung gesucht. In einem weiteren Schritt werden einzelne Szenen in Kleingruppen von Schülerinnen und Schülern nachgespielt, in denen dann eine Lösung entwickelt wird.

Auszüge aus dem Seminar

Schauspieler Jens Richter: *„Wie beginnt Streit?"*
Schüler: *„Das schaukelt sich hoch."*
J. R.: *„Wer trägt dazu bei, dass der Streit schlimmer wird?"*
(Diese Frage wird konkret anhand einer Szene geklärt: Die Schauspieler spielen die Szene noch einmal, und die Schüler/-innen sagen Stopp, wenn jemand etwas tut, was den Streit schlimmer macht.)
Schülerinnen: *„Man erzählt Gerüchte, die Person wird zur Rede gestellt, und eine ganze Gruppe ergreift Partei. Die Person streitet ab, und dann fängt man an, sich zu kloppen."*
Schüler: *„Jungen rempeln sich gegenseitig an. Ihre Blicke und Körperhaltung drücken aus, dass man den anderen provoziert. Das macht Streit schlimmer."*
J. R.: *„Streit entsteht, weil es einen Grund gibt. Was könnten Gründe sein?"*
Schüler/-innen: *„Wenn man sich beleidigt." „Bei einer Meinungsverschiedenheit:" „Man redet sich heraus, es spitzt sich zu." „Wenn man Gerüchte erzählt." „Die Mädchen ticken voll aus."*
J. R.: *„Je früher ich merke, dass es ein Streit wird, desto eher kann ich etwas tun."*

Was wurde in der Geschwister-Scholl-Gesamtschule erreicht?

In dieser Schule zeigten sich im Schulalltag die unterschiedlichsten Handlungsbedarfe für bestimmte Personengruppen. Auch das Schulpersonal war einer Vielzahl von Belastungen ausgesetzt, die nach Lösungen verlangten. Durch die Beteiligung der Sekretärin und der Sozialpädagogen und -pädagoginnen wurden andere Belastungen deutlich. Erfolgreich war, dass diese Personen ihre persönlichen Belange als wichtig genug einschätzten, um sie als Bedarfe in den Gesundheitszirkel zu tragen und sich für Veränderungen einzusetzen. Damit fanden strukturelle Veränderungswünsche ihren Ausdruck in der Gesundheitszirkelarbeit. „Neue Konzepte der schulischen Gesundheitsförderung haben nur dann Hoffnung auf Erfolg, wenn sie den Lehrkräften ebenfalls gesundheitsförderliche Gestaltungsmöglichkeiten für ihren eigenen Arbeitsplatz anbieten." (Barkholz 1998: 11)

Grundlegend hat die Schule festgestellt, dass sich durch das Projekt ein Bewusstseinswandel vollzogen hat, so dass wahrgenommen wird, welche Aktivitäten im Bereich der Gesundheitsförderung stattfinden und welche Bedarfe vorhanden sind. Eine Vernetzung unterschiedlicher schulischer Gruppierungen und mehr Kooperation mit außerschulischen Partnerinnen und Partnern verbesserte auch die interne Kommunikation.

Mir hat es gefallen, und ich die fand die Szene mit ‚Hey Pisser!' am besten, weil sie da gezeigt haben, wie oft so etwas passiert, egal ob Schule oder wo anders. Viele werden auf der Straße oder auf dem Bahnhof angemacht, weil sie nur Musik hören. Zusammen haben wir verschiedene Lösungen besprochen.

Julia, 9. Klasse

Mir hat es gefallen, dass wir Schüler mitspielen konnten. Sie sollten das so weitermachen von Klasse zu Klasse.

Sarah

Die Klasse war engagiert dabei, motiviert von der Aufführung und den Darstellern. Das Stück wie auch die Darbietungsform nahmen sie gefangen, so dass auch Schüler einstiegen, die sich sonst immer sehr zurückhalten. Eine gelungene Leistung im Bereich der Gewaltprävention, von der auch ich als Klassenlehrerin profitierte.

eine Lehrerin

Ich fand das Theaterstück sehr gut, ich habe viel dazugelernt. Es hat Spaß gebracht zuzugucken, weil sie verschiedene Rollen gespielt haben und alles auch ernst gemacht haben. Sie waren nett und lustig. Ich würde mich auf einen Besuch sehr freuen.

Olcay

Ich fand das Theaterstück sehr gut. Sie haben gut aufgeführt, waren ernst, und ich fand es auch gut, dass sie immer andere Rollen gespielt haben. Außerdem sind sie sehr nett, und ich habe viel dazugelernt. Ich fand es auch voll gut, dass wir mitmachen durften.

Hilal

Im Bereich der Konfliktlösung konnten Schüler/-innen als Streitschlichter ausgebildet werden. Auch das Stressbewältigungstraining SNAKE hat einen Beitrag zur Optimierung von Schülerverhalten in schwierigen Situationen ermöglicht. Durch die Organisationsberatung des Schulbüros und der Ganztagsverantwortlichen konnte neben der Beziehungsklärung eine Optimierung der Arbeitsweisen erreicht werden.

Der Bereich Bewegung und Entspannung ließ sich durch die Umgestaltung des Schulhofes verbessern. In den Nachmittagsangeboten wird jetzt mehr Wert auf Entspannung und Bewegung gelegt. Im Bereich der Ganztagsangebote werden mehr sportliche und bewegungsfördernde Kurse angeboten sowie mehr Kurse aus dem Bereich gesunde Ernährung, so dass diese Kurse jetzt einen Anteil von 19 % ausmachen.

Die Vorbereitung der Umsetzung der rauchfreien Schule wurde durch den Gesundheitszirkel unterstützt, und die Schule konnte auf die Kontakte im Landesinstitut für Lehrerfortbildung und Schulentwicklung zurückgreifen.

Unterstützend für den Erfolg war die Kontinuität und Verbindlichkeit innerhalb der Arbeitsgruppe Gesundheitszirkel.

Für die Umsetzung konkreter Maßnahmen wurden das Engagement der Klassenlehrer/-innen und die Motivation der Schüler/-innen hervorgehoben. Das stetige Interesse von Eltern, schulische Aktivitäten zu unterstützen, zeigte sich in einer starken Übernahme von Zuständigkeiten für Ideen, die in der Elternwerkstatt entwickelt wurden. Zu verbessern bleibt die innerschulische Transparenz, damit sich dieser Bewusstseinswandel in alle Bereiche der Schulbeteiligten transportieren lässt.

So schreibt der stellvertretende Schulleiter Mathias Morgenroth-Marwedel in seinem Abschlussbericht: „Wir können sicher sagen, dass sich die zwei Jahre im Projekt gelohnt haben. Die Beteiligten haben eine größere Aufmerksamkeit für die Gesundheitsförderung an einer Ganztagsschule entwickelt und entdecken den Reiz konkreter Maßnahmen, die sie in Angriff nehmen und zu einem Erfolg führen können, auch in widrigen Zeiten. Das Thema Gesundheitsförderung hat eine neue Kontur an der Schule gewonnen, die schulischen Gremien werden laufend informiert, Termine des Gesundheitszirkels finden sich im Jahresplan der Schule wieder.“ (Morgenroth-Marwedel, Stadtpunkte 2/2006: 6)

Schule Steinadlerweg

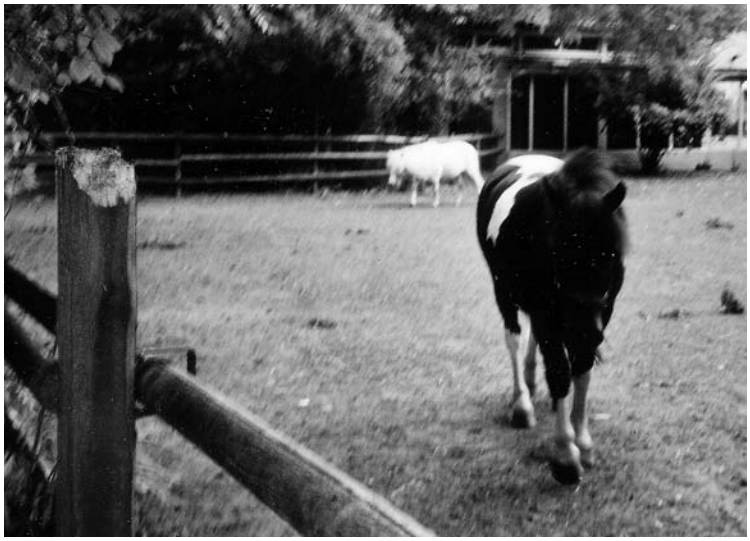
Grund-, Haupt- und Realschule Steinadler Weg

Die Schule Steinadler Weg liegt in einem Wohnviertel in Hamburg-Horn. Sie ist umgeben von viel Grün mit einem großen Baumbestand auf dem schulischen Gelände. 43 Lehrkräfte unterrichten in der „Schule im Grünen“ 590 Schüler/-innen.

Im Schulprogramm (Steinadler Weg: 4 ff.) ist ein Förderkonzept der Grundschule verankert, um eine differenzierte Förderung zu ermöglichen. Während der Schulzeit sollen die Schüler/-innen Grundkenntnisse bei der Anwendung neuer Medien erlernen, und durch die Teilnahme am Fifty/fifty-Konzept kann der verantwortungsvolle Umgang mit Energieressourcen erlernt werden. Der Stellenwert der Berufsorientierung ist hoch, um den Schülerinnen und Schülern einen ihren Neigungen entsprechenden Übergang in das Berufsleben zu ermöglichen.

Kennzeichnend für diese Schule ist die Tierhaltung. Seit vielen Jahren ist sie u. a. im Besitz von zwei Ponys. Ponys, Wasserschildkröten, Sittiche und Meerschweinchen müssen auch in den Ferienzeiten von den Schülerinnen und Schülern versorgt werden.

So wurden in der Ausgangsbefragung der Wintergarten und die Ponykoppel als die Orte genannt, an denen sich viele Schüler/-innen entspannen können.



Ponys auf der Koppel Foto_HAG

Wer machte im Gesundheitszirkel mit?

Am Gesundheitszirkel nahmen von Anfang an der Hausmeister, Klassenlehrer/-innen der Stufen 5 bis 7 und die stellvertretende Schulleiterin sowie zeitweise ein bis zwei Mütter (u. a. Hausmeisterehefrau) teil.

Die Teilnahme von Jugendlichen veränderte sich von anfangs einem Schüler und einer Schülerin bis zu einer Phase von zehn bis zwölf, die sich später auf eine regelmäßige Teilnahme von sieben bis neun Schülerinnen und Schülern einpendelte.

Ergebnisse der Ausgangsbefragung

In der Ausgangsbefragung zeigte sich, dass das Schulklima von 79–100 % der einzelnen Personengruppen als mittelmäßig bis gut empfunden wurde. Am wenigsten zufrieden waren zum Zeitpunkt der Befragung die Lehrkräfte.

Dennoch fühlten sich nur weniger als die Hälfte der Schüler/-innen von Lehrkräften gerecht behandelt und genug beachtet.

Von 44 % der Jugendlichen wurde körperliche Gewalt als ein Mittel der Konfliktlösung gesehen, und 65 % erlebten den Umgang untereinander in den Klassen als brutal. Konfliktlösungen durch Reden und Finden von Kompromissen wurden von jeweils knapp 40 % der Jugendlichen als Strategien gesehen.

Stress entstand für die Schüler/-innen in erster Linie durch Klassenarbeiten (66 %) und durch Überforderung, Zeitdruck, Lärm und dem Zurückhalten eigener Emotionen wie Wut und Enttäuschung (21–24 %).

Überforderung (78 %) und Streit in den Pausen (64 %) sahen die Lehrkräfte als die Hauptursachen von Stress. Im Umgang mit Konflikten sahen fast 50 % der Lehrer/-innen nur beschränkte Handlungsmöglichkeiten, da der Unterricht mit seinen Verpflichtungen wenig Raum für Lösungen biete.

Eltern bestätigten die Ansichten der Lehrer und nannten als wichtigste Stressfaktoren Überforderung (63 %) und Streit in den Pausen (69 %).

Die Frage nach den Veränderungswünschen der Schüler/-innen zeigte, dass im Umgang miteinander Handlungsbedarf bestand, um sowohl Stress als auch Konflikte untereinander anders lösen zu können.

Lehrkräfte fühlten sich durch die Anforderungen des Bildungsauftrags einerseits gefordert und verfügten andererseits über nicht ausreichende Handlungsmöglichkeiten für den Stress- und Konfliktabbau.

Die Abfrage nach den Wünschen aller zeigte, dass ein respektvolles Miteinander einen hohen Stellenwert hatte, ebenso wie der Wunsch nach Nachmittagsangeboten, wie sie z. B. in einer Ganztagsschule ermöglicht werden könnten. Gerechtigkeit und Disziplin waren die Werte, die für ein gelingendes Schulleben als wichtig genannt wurden.

„Herr Hoin vom Forum Spielräume brachte einen ganzen Transporter voll mit Geräten mit, mit denen man eine Bewegungslandschaft aufbauen konnte. Diese Dinge wurden auch gleich in der Turnhalle ausprobiert. Die Kinder legten sich z. B. in die Hängematten oder bauten aus einem Rollbrett und einer schräg gestellten Bank eine Rollrutsche. Am nächsten Tag wurden die Sachen mit in den Schulgarten genommen, wo die Kinder Seile von Baum zu Baum spannten und sich darüberhangeln konnten oder aus einem Seil und einem Autoreifen eine Schaukel bauten."

Philipp, 8. Klasse

Wie verlief das Projekt an der Schule Steinadlerweg?

Durch die Ausgangsbefragung und die Wünsche der Schule kristallisierte sich schnell der Bedarf heraus, Veränderungen auf dem Schulhof bzw. der Möglichkeiten der Pausengestaltung vorzunehmen, um zu Entspannung, einem gelingenden Miteinander und Bewegung als Ausgleich zu Konzentration und Stillsitzen beizutragen.

Verbesserung der Pausenbeschäftigung

Dazu wurden **Tischtennisplatten** repariert und ein **Basketballkorb** angeschafft und für jede einzelne Klasse **Spielekisten** mit diversen Materialien bestückt. Auf der Lehrerkonferenz wurde dieser Beschluss bekannt gegeben. Jeder Klasse wurde ihre Spielkiste übergeben. Die Nutzung und Sorge für die Kisten hatte jede Klasse selbst zu tragen. Finanziert werden konnte dies durch Mittel des Fifty/fifty-Projektes.

Durch die Fachtagung im November 2004 wuchs das Interesse im Gesundheitszirkel die Pausenaktivitäten zu verbessern. Eine weitere Umfrage, die von mehreren Schülern und Schülerinnen in allen Klassen durchgeführt wurde, sollte eine Übersicht darüber geben, welche Pausenaktivitäten sich diese wünschten.

Die Ergebnisse reichten von einem Baumhaus über Klettergerüste, eine Wippe und einen Basketballplatz bis zu Sportveranstaltungen, einer Tanzgruppe und einer Schüler/-innendisco.

Um sich sowohl zu den Gestaltungsmöglichkeiten als auch Aktivitäten beraten zu lassen, engagierte die Schule das Forum Spielräume.

Aus der Zusammenarbeit mit dem Forum Spielräume wie auch aus der Umfrage ergaben sich mehrere Workshops, die u. a. von Lehrkräften des Gesundheitszirkels in der im Frühjahr 2005 durchgeführten Projektwoche unter dem Titel „Gesunde Schule" angeboten wurden. Die Schüler/-innen konnten sich je nach eigenem Wunsch für einen Workshop entscheiden.

Analyse des Schulhofes zur Optimierung der Spielmöglichkeiten

Der **Workshop Schulhofaktivitäten** wurde von einem Lehrer und einem Mitarbeiter des Hamburger Forum Spielräume durchgeführt, erprobte die Bewegungsbaustelle in der Sporthalle, führte Erkundigungen auf dem Schulgelände durch, sichtete Lieblingsorte und Spielmöglichkeiten, so dass die Schüler/-innen am Ende der Woche Vorschläge für Verbesserungen erarbeitet hatten.

Die Gruppe der Schulhofaktivisten berichtete im Gesundheitszirkel von den Möglichkeiten, wie der Schulhof attraktiver gestaltet werden könnte. Daraus wurde eine Prioritätenliste erstellt, so dass letztlich

Die Bewegungsbaustelle in der Sporthalle Foto_HAG

VOM PAUSENHOF ZUM ERLEBNISHOF

Was bedeutet Schulen ihr eigenes Gelände? Was ist das eigentlich: der Schulhof? Und wie nutzen wir ihn? Diejenigen, die den Pausenhof als eine Art Freiluftgehege für Kinder definieren oder ihn als bloßes Durchgangsfeld zwischen den Fach- und Klassenräumen einfach ignorieren, scheinen in die Minderheit zu geraten. Einig ist man sich derzeit in vielen Gremien, dass die Schüler/-innen auf und mit ihm in Bewegung kommen sollen. In viel Bewegung! Das fördere die Konzentrationsfähigkeit, die Lust am Lernen und damit auch die Gesamtbedingungen im Schulalltag.

Bleibt also die Frage, wie dieser Bewegungseffekt zu erzielen und dauerhaft zu verankern ist. Das Hamburger Forum Spielräume versucht seit einigen Jahren, mit dem Konzept „Schulen in Bewegung" (SchiB) umsetzbare Antworten dafür zu sammeln und Modellprojekte zu entwickeln. Ein kürzlich veröffentlichtes Buch („Schulhofgestaltung an Ganztagsschulen – ein Leitfaden") und die gemeinsame Initiative mit dem Landesinstitut für Lehrerbildung und Schulentwicklung (LI) fassen die gemachten Erfahrungen zusammen und formulieren sie zu kopierbaren Grundbausteinen, die die Gestaltung des Schulraumes in die pädagogische Planung als Teil der Schulentwicklung einbeziehen:

- Analyse der Gegebenheiten, der Ressourcen und der bisherigen Nutzung
- Beteiligung bei der Planung, Umgestaltung und Instandhaltung aller Nutzergruppen
- Umgestaltung nicht als Selbstzweck, sondern als gezielte Verstärkung des bestehenden Potentials
- Umdeutung der bisherigen Raumnutzung, Neuprägung und Verknüpfung mit Lerninhalten
- Gestaltbarkeit von Raum- und Bewegungselementen als Prinzip für den Schulalltag

Da jede Schule jedoch ein speziell auf sie maßgeschneidertes Vorgehen verlangt, sollen am Beispiel der Schule Steinadlerweg einige Aktionsfelder genannt werden, die sich ergeben können, wenn über Bewegungsförderung auf dem Schulhof neu nachgedacht wird. Seit einem Jahr unterstützt das Forum Spielräume den durch die HAG ins Leben gerufenen Gesundheitszirkel der Schule und hilft dabei, die Planungen und formulierten Bedürfnisse der beteiligten Schülerinnen und Schüler, Lehrenden und Eltern in konkreten Maßnahmen umzusetzen.

Beispiel1: Schulhof als mobile Seillandschaft

Ist Ihnen schon mal aufgefallen, wie wenig sich auf den meisten Schulhöfen von Kindern bewegen lässt? Das „Bauen und aktive Gestalten" findet vielleicht im Werk- und Sportunterricht statt – auf dem Schulhof ist es meistens jedoch kein Thema. Deshalb haben Schüler/-innen der Klassen 5–7 die Projektwoche zum Aufbau von Seil- und Bewegungsbaustellen auf dem Gelände genutzt und dabei erfahren, wie leicht sich ein Schulhof mit wenigen Materialien in eine herausfordernde Bewegungslandschaft verwandeln kann. Die mobilen Seil- und Schwingelemente waren schon nach kurzer Zeit auch von den im Gesundheitszirkel aktiven Schülerinnen und Schülern selbst fachgerecht montiert und konnten mit fast allen auf dem Pausenhof stehenden Spielgerüsten verknüpft werden. Was könnte das HAG-Vorhaben „Spannende Schule – entspanntes Miteinander" besser symbolisieren als die von Schülern und Schülerinnen selbst montierten (gespannten) Hängematten, in denen sie herumklettern und gemeinsam (entspannt) die Pausenzeit verbringen?

Beispiel 2: Schulhof als Spielwerkstatt

Bewegungsförderung darf sich nicht auf die drei wöchentlichen Sportstunden beschränken und muss auch außerhalb einer Turnhalle möglich sein. Denn das dauerhafte Einsperren von Bewegung in überdachte Spezialmilieus ist erst eine Erfindung der letzten 50 Jahre. Leider können die heutigen Schulkinder nur noch selten auf überlieferte Traditionen von „Straßen- und Bewegungsspielen" zurückgreifen: Fußball, „Runde" beim Tischtennis, Fußball, Ticken ... und natürlich noch Fußball bilden den restringierten Spielcode der meisten Schulkinder. Das „Play-Stations"-Projekt der Schule Steinadlerweg soll den Schülern und Schülerinnen neue Impulse für einfachste Spiel-Stationen auf ihrem Schulgelände geben, die in ihren Regeln zwar während der Klassenlehrer- oder Sportstunden vermittelt, dann aber eigenständig im Pausenbetrieb weitergespielt werden können. Und wenn die alten Hamburger Schulhofspiele unserer (Groß-)Eltern dafür nicht ausreichen sollten, dann entleihen wir uns spannende Ideen anderer, aktiverer Spielkulturen dieser Welt: aus Afrika, aus Lateinamerika, aus der Türkei oder dem Iran. Unsere pädagogische Aufgabe wäre dann, dafür zu sorgen, dass diese neue Art der Ent-

EXKURS
Martin Legge

In den Seilen hängen Foto_Martin Legge

Entspannen in der Hängematte Foto_Martin Legge

wicklungshilfe auch tatsächlich dort landet, wo sie gebraucht wird: bei den spielbedürftigen Hamburger Kindern, auf den Asphaltflächen ihres Schulhofes.

Beispiel 3: Schulhof als Lernfeld

Wer hat eigentlich gesagt, dass Bildung immer nur in Gebäuden stattfinden muss? Wäre doch schade, wenn Schüler/-innen annehmen könnten, mit dem Verlassen des Fach- oder Klassenraumes automatisch auch aus der Welt des Lernens auszutreten. Die Schule Steinadlerweg bietet allein durch ihren großartigen Baumbestand vielfältige Möglichkeiten, Erlebnis und sinnliche Erfahrung und fachspezifisches Wissen miteinander zu verknüpfen: Wie viele unterschiedliche Baumarten gibt es auf dem Schulhof? (Hier 23!) Gebt euren Lieblingsbäumen einen eigenen Namen! Können einfache Baumpflegeschnitte von Schülern und Schülerinnen selbst ausgeführt werden? Welcher Baum ist mit alpinen Sicherungsmethoden im Sportunterricht zu beklettern? Wie berechne ich mittels des Strahlensatzes die genaue Höhe unserer Bäume? ... In der „Baumschule“ Steinadlerweg gibt es damit begreifbare Aufgaben für Bio-, Ethik-, Handwerk-, Sport- und Mathematikunterricht fast kostenlos, wenn der Schulhof mit seinen vorhandenen Geländeressourcen als Bildungsfeld erkannt und eingesetzt wird.

Martin Legge, Hamburger Forum Spielräume

EXKURS

Schulung der Lehrkräfte Foto_Martin Legge

Kletterseile, eine Hängematte und ein Kletternetz angeschafft wurden.

Ein personeller Wechsel beim Hamburger Forum Spielräume ergab, dass noch weitere Ideen entwickelt wurden: An Stationen auf dem Schulhof wurden **Spielanleitungen** veröffentlicht, die von den Kindern und Jugendlichen ausprobiert und gespielt werden können. Damit wurde der gesamte Schulhof zu einem Ort der Bewegung und Begegnung, der Kreativität und des gemeinschaftlichen Ausprobierens.

Die Bäume, die zahlreich auf dem Schulgelände vorhanden sind, sollten anstelle einer Kletterwand zum Klettern genutzt werden, weshalb zusätzlich Klettergurte und Seile angeschafft wurden. Einer der Klassenlehrer besaß bereits einen Kletterschein, so dass das Klettern nun unter Anleitung und entsprechend der Sicherheitsstandards umgesetzt werden konnte.

Ein **Sicherheitstraining** von Schülern und Schülerinnen sowie Lehrkräften im Sommer 2006 rundete diese Aktivitäten ab.

Im zweiten Workshop, der durch den Gesundheitszirkel initiiert wurde, übte die **Tanzgruppe**, die von einer Schülerin aus der 10. Klasse geleitet wurde, einen Tanz ein. Für diese Aktivität hatten sich ausschließlich Mädchen angemeldet.

Bewegung am Nachmittag

Als Gemeinschaftsaktion wurde im Musikraum Anfang April eine **Schüler/-innendisco** durchgeführt. Zwei Jugendliche wurden als DJs engagiert. Getränke, Knabberzeug und Gemüseteller sorgten für gute Laune bei den Jugendlichen, doch der Mut zum Tanzen kam erst zögerlich.

Erst fast am Ende der Disco war das Eis gebrochen, und die Tanzfläche wurde von vielen Mädchen in Besitz genommen.

Inzwischen findet die Disco regelmäßig am Ende eines Schulhalbjahres statt, und die Beteiligung wird immer größer. Offen bleibt, warum so wenig Jungen kommen. Christian aus der 8. Klasse dagegen weiß warum: „Jungen können nicht tanzen."

Nach der Projektwoche zeigten sich die weiteren Wege für die Schule sehr deutlich:

Der Wunsch der Mädchen nach Fortsetzung der Tanzgruppe war groß, so dass diese als Nachmittagsangebot durchgeführt wird. Die Schülerin, die inzwischen zwar schon die Schule verlassen hat, führt diese weiter mit einer Freundin durch. Ein Auftritt auf der Buchausstellung der Schule erfolgte bereits, und weitere sind in Planung. Die begeisterte und kontinuierliche Teilnahme der Jugendlichen hat den großen Erfolg dieser Gruppe möglich gemacht, wie Cansel aus der 8. Klasse berichtet:

„Dann waren zu viele Schüler da, und man konnte nicht gut tanzen. Dann sind einige weggeblieben, jetzt sind wir eine gute Gruppe, und da ging es wieder hoch mit dem Erfolg."

Stress- und Konfliktbewältigung

Parallel zu diesen Aktivitäten fand in vier Klassen (8. und 9. Jahrgang) im Herbst 2005 das **Stressbewältigungstraining SNAKE** statt.

Eine 8. Klasse interessierte sich für das **Theaterstück „Schlag 12 Pause"** und war so begeistert, dass sie die beiden Schauspieler einlud, noch einmal in die Klasse zu kommen.

Was wurde in der Schule Steinadler Weg erreicht?

Als positiv schätzt die Schule ein, dass sie im Bereich von Bewegung und Entspannung einige Angebote außerhalb der Unterrichtszeit umsetzen konnte: die jährlich zweimal stattfindende Disco und die Tanzgruppe für Mädchen, der sich eine Breakdance-Gruppe für Jungen anschließen soll. Beide Aktivitäten tragen dazu bei, dass Schüler einen Ausgleich zum Schulalltag finden und über gemeinsame Aktivitäten zu einem guten Miteinander gelangen. Die Pausengestaltung ist durch die Reparatur von Geräten und Neuanschaffungen vielseitiger geworden, und mit der Nutzung der Bäume als Kletter-

möglichkeiten werden vorhandene Möglichkeiten für Bewegung und Entspannung hervorragend wahrgenommen. Im Rahmen der Gewaltprävention konnten durch das Theaterstück „Schlag 12 Pause“ sowie durch das Stressbewältigungstraining SNAKE Möglichkeiten des Umgangs mit belastenden und konfliktreichen Situationen aufgezeigt werden.

Durch die kontinuierliche Zusammenarbeit zwischen Schülerinnen und Schülern, dem Schulpersonal und Eltern konnte die Kommunikation untereinander verbessert werden.

Förderlich dabei waren eine gute Arbeitsatmosphäre, eine verbindliche Teilnahme – insbesondere von Schülern und Schülerinnen – und die gute Zusammenarbeit mit außerschulischen Partnern im Rahmen der Gesundheitszirkelarbeit.

Bei der Planung von weiteren Schritten in der Zukunft ist eine verbindliche Klärung von Zuständigkeiten wichtig und eine Prüfung der Qualität externer Partner, um intern gute Ergebnisse erreichen zu können. Der Informationsfluss innerhalb der Schule wie auch mit externen Kooperationspartnern muss hergestellt und am Laufen gehalten werden, damit es nicht zu unterschiedlichen Erwartungen kommt.
„Nach anfänglichen Startschwierigkeiten haben die Aktivitäten des Gesundheitszirkels einige positive Veränderungen im Schulleben bewirkt. Für die zukünftige Arbeit ist es allerdings erforderlich, dass sich der Kreis der Aktiven erweitert, um die Ziele des Projektes besser in den schulischen Alltag umsetzen zu können.“ (Käßner: Stadtpunkte 2/2006: 10)

Gymnasium Farmsen

Das Gymnasium Farmsen liegt im gleichnamigen Stadtteil. In der Schule werden ca. 720 Schüler/-innen von 53 Lehrkräften unterrichtet.

Im Schulprogramm der Schule ist eine intensive Beteiligung von Eltern und der Schülervertretung in den schulischen Gremien verankert (Farmsen 2003: 3). Das Schulprofil ist durch ein zusätzliches Bildungsangebot gekennzeichnet, indem es einen bilingualen Bereich Englisch gibt. Als weitere eher pädagogische Bestandteile werden „Lernen lernen“ und das „Soziale Lernen“ verstanden. Außerdem orientieren sich über den Lehrplan hinausgehende Aktivitäten an den Neigungen und Interessen der Schüler/-innen, z. B. im musischen, künstlerischen und sportlichen Bereich, in der Umwelterziehung, einer Schulpartnerschaft auf den Kapverden und vielem mehr. Grundziel der Schule ist es, das Arbeits- und Sozialverhalten zu verbessern und über die Strukturierung des Schuljahres eine Ausgewogenheit in den zeitlichen Ablauf zu bringen.

Aus der in der Schule seit dem Jahr 2000 bestehenden Anti-Mobbing-AG entstand die Idee, sich für das Projekt zu bewerben, um die dort begonnene Arbeit fortsetzen und stabilisieren zu können.

Die Tanzgruppe Streeet Bangaz Foto_Schule Steinadler Weg

Gemeinsame Gesundheitszirkelarbeit Foto_HAG

Für die Schule war und ist es ein großes Anliegen, das Schulklima positiv zu beeinflussen und eine für alle Beteiligten angenehme Lern- und Arbeitsatmosphäre zu schaffen. Was dies alles mit Gesundheitsförderung zu tun hatte, erfuhr die Schule im Verlauf der zwei Jahre.

Wer beteiligte sich im Gesundheitszirkel?

Die Resonanz auf die Mitarbeit war von Anfang an sehr groß, so dass vier Lehrkräfte, drei Eltern, der Hausmeister, eine der Schulsekretärinnen und der Schulleiter regelmäßig mitarbeiteten. Die Beteiligung von Schülern und Schülerinnen war Schwankungen unterworfen, wobei sich zeigte, dass eine enge Beziehung zu den Lehrkräften die Kontinuität positiv beeinflusste. Zwischen zwei und zehn Jugendliche nahmen jedoch regelmäßig am Gesundheitszirkel teil.

Ergebnisse der Befragung

Schüler/-innen fühlten sich zu 94 % in der Schule wohl, und 61 % fühlten sich auch von den Lehrkräften gerecht behandelt. Der Umgang untereinander war für 59 % fair und der Zusammenhalt für 57 % groß.

Die Zufriedenheit mit dem Schulalltag lag bei den befragten Gruppen zwischen 80–100 %.

Die häufigste Ursache für Stress sahen die Schüler/-innen in Klassenarbeiten (74 %) und im Zeitdruck (49 %). Stress führte dazu, dass 59 % der Schüler angaben, sich nicht konzentrieren zu können.

Über die Hälfte der Schüler/-innen gab an, dass sie bei Konflikten versuchten, Kompromisse zu finden (55 %). Die Lehrkräfte interessierten sich zu 69 % für die Konflikte, und zwei Drittel bestätigen, dass Lösungen gefunden würden.

Dennoch bemängelten 80 % der Lehrkräfte, dass Konflikte zu spät bemerkt würden. Ihre Handlungsmöglichkeiten sahen sie als ausreichend, während sich jedoch ein Drittel der nicht Unterrichtenden in solchen Situationen allein gelassen fühlte.

Entspannung in den Schulalltag, d. h. den Unterricht zu integrieren sahen sowohl die Mehrheit der Lehrkräfte (60 %) als auch der Eltern (89 %) als wichtig an.

Lehrkräfte bemängelten zu 78 % den mangelnden Austausch untereinander und zu 67 % die fehlenden Pausen. Zusätzlicher Mangel bestand für 60 % der Lehrkräfte in fehlenden außerschulischen Kooperationen.

Die Verbesserungswünsche der Schule ließen sich der Verbesserung der Kommunikation zwischen allen Schulbeteiligten und der Beziehungen untereinander, dem Wunsch nach mehr Kooperation und Kollegialität und der Veränderung und Verbesserung der Räumlichkeiten mit mehr Ruhe- und Entspannungszeiten zuordnen.

Was wurde innerhalb des Projektes im Gymnasium Farmsen gemacht?

Zum Schuljahreswechsel 2004/2005 zeigte sich, dass für die neuen 5. Klassen die Möglichkeiten der Pausengestaltung durch einen Umbau auf dem Schulhof stark eingeschränkt waren. Um gerade den neuen Klassen über die gemeinsamen Aktivitäten

eine Gruppenfindung und einen Zusammenhalt zu ermöglichen, wurde die Anschaffung von **zwei Spielekisten** mit Pedalos, Spring- und Schwingseilen, Wurfscheiben, Stelzen, Bällen und Diabolos befürwortet. Diese Geräte sorgten in der Pause für abwechslungsreiche Beschäftigungen.

Stress durch Anhäufung von Klassenarbeiten

Da Stress durch Klassenarbeiten und deren Ballung insbesondere vor Ferienzeiten entsteht, schlugen die Schüler/-innen vor, für jede Klasse **Klassenarbeitsterminplaner** anzuschaffen, in die die Lehrkräfte die Termine eintragen sollten. Ziel war, eine Entzerrung zu erreichen und bei Schülerinnen und Schülern und Lehrkräften für die nötige Transparenz zu sorgen. Dieses Modell ist inzwischen in allen Klassen eingeführt, braucht aber eine permanente gegenseitige Erinnerung von Lehrkräften und Schülerinnen und Schülern, um vollständig umgesetzt zu werden.

Sexualität und Aidsprävention

Auch im Gymnasium Farmsen gastierte das **Jugendtheater „Was heißt hier Liebe!?“** (s. Schule Oststeinbeker Weg) und trug für den 7. und 8. Jahrgang zu einer anschaulichen Form der Beschäftigung mit diesem Bereich der Gesundheitsförderung bei.

Bei der Frage nach der Optimierung der Konfliktmöglichkeiten unter Schülerinnen und Schülern zeigte sich, dass die Klassenratsstunde, die es in einigen Klassen bereits gab, nicht optimal genutzt wurde. Ein Austausch zwischen Klassensprecherinnen und Klassensprechern und ein Gespräch mit den Klassenlehrerinnen und -lehrern sollten auf diese Problematik aufmerksam machen. Um die Situation insgesamt zu verbessern, wurde schließlich für alle drei Jahrgänge eine übergreifende **Schulung Klassenrat** von Schülerinnen und Schülern und Lehrerinnen und Lehrern durch das Institut für Konfliktlösung und Mediation (ikm) umgesetzt. 30 Schüler/-innen nahmen in zwei Gruppen daran teil und erfuhren in vier Tagen, wie anliegende Probleme in der Klasse oder auch die Planung von Aktivitäten moderiert werden können.

Diese Methode liefert einen sinnvollen Beitrag für möglichst viel Selbstorganisation unter den Schülerinnen und Schülern, erfordert jedoch eine kontinuierliche Begleitung, da insbesondere das Sorgen für angemessene Ruhe eine schwierige Aufgabe für die moderierenden Schüler/-innen ist.

Der Schulhof in der Bauphase Foto_Gymnasium Farmsen

Lehrergesundheit

Angeregt durch das Referat von dem Schulleiter Hermann Städtler auf der Fachtagung im November 2004 entstand der Wunsch, sich auf einer **pädagogische Konferenz** mit dem Thema Lehrergesundheit und dem Bedarf an Entspannungs- und Ruhezeiten während eines Schultages auseinander zu setzen.

Herr Städtler regte dazu an, im Kollegium für Nischen zur Entwicklung von Entspannung zu sorgen, denn die Gesundheit und Arbeitsfähigkeit der Lehrkräfte sind Voraussetzung für die Gestaltung von Unterricht.

Basierend auf dieser Anregung, konzipierte eine Unterarbeitsgruppe eine pädagogische Lehrerkonferenz. Während der Konferenz wurde viel über unterschiedlichste Entlastungsbedarfe diskutiert und der Beschluss gefasst, für eine Probephase das Lehrerzimmer in den Pausenzeiten zu schließen. In den Klassen sollte mit den Schülerinnen und Schülern diskutiert werden, wie auf deren Anliegen angemessen eingegangen werden kann. Es erschien schwierig, eine einheitliche Lösung zu finden, so dass die Lehrkräfte mit den Schülern und Schülerinnen letztlich unterschiedliche Formen aushandelten, wie sie miteinander außerhalb der Unterrichtszeit in Kontakt treten können, z. B. indem sie einen Zettel ins Fach legen, der Lehrer oder die Lehrerin am Ende des Unterrichts für Fragen und Konflikte zur Verfügung steht oder Termine nach Schulschluss vereinbart werden.

Nach einem Dreivierteljahr der Erprobung zeigte sich, dass die Schließung immer wieder im Austausch des Kollegiums auf den Konferenzen besprochen werden muss, weil ein scheinbar so kleiner

DER KLASSENRAT ALS MITBESTIMMUNGSINSTRUMENT –

EXKURS
Katerina Nöllenburg und Dieter Lünse

Was ist ein Klassenrat?

Der Klassenrat ist ein Ort, an dem die aktuellen Themen der Schüler/-innen regelmäßig behandelt werden können. Dabei kann es um Probleme in der Klasse oder zwischen Klasse und Lehrer/-in gehen, aber auch um Organisatorisches wie zum Beispiel die nächste Klassenfahrt.

Das Besondere am Klassenrat ist, dass die Schüler und Schülerinnen selbst aktiv an der Lösungsfindung und an Entscheidungen teilhaben können. Ihre Gefühle und Probleme werden durch die Einrichtung des Klassenrates ernst genommen. Die Schülerinnen und Schüler machen in Kooperation mit den Klassenlehrern ihren eigenen Klassenrat, sie leiten die Gruppe, sorgen dafür, dass alle zu Wort kommen können, und planen gemeinsam neue Aktionen.

Während im Unterricht die Lehrer den Ton angeben, entwickelt sich im Klassenrat ein Eigenleben aus Schülersicht. Wenn Konflikte da sind, werden sie im Klassenrat gleich behandelt und gemeinsam Lösungen entwickelt.

Der Klassenrat ist ein sehr sinnvolles Instrument: Die Schüler/-innen entwickeln soziale Kompetenzen wie Empathie, Kritikfähigkeit und Kompromissbereitschaft weiter, wichtige Themen und Konflikte können nachhaltig bearbeitet werden, da die Schüler/-innen selbst an der Lösungsfindung beteiligt sind, und der konstruktive Umgang mit Konflikten wirkt sich sehr positiv auf das Klassenklima aus.

Darüber hinaus erarbeiten sich die Schüler/-innen durch den Klassenrat einen souveränen Umgang mit einer Reihe von Methoden im Bereich der Moderation, der Projektorganisation, Möglichkeiten demokratischer Entscheidungsfindung, Verfahren der Kommunikation innerhalb von Gruppen etc.

Moderationstechniken, aktives Zuhören, konstruktive Konfliktlösung und eine Strategieentwicklung sind alles Elemente für einen spannenden Klassenrat an der Schule. Ganz konkret machen wir ein Fenster auf und schauen in das Training für die neuen Klassenräte an einer Schule. Wir sehen, wie sie ihre Aufgaben lernen und sich an neue Dinge heranwagen. Da ist ein Schüler, der einen Arbeitsauftrag bekommt, weil er gerne für seine spätere Praxis die Moderation üben möchte: Planung von einem Klassenausflug, der bis zu 30,- Euro pro Schüler/-in kosten darf.

Als Erstes überlegt sich der Schüler bzw. neue Moderator, mit welchen Methoden er mit seiner Klasse zu einer Einigung und Planung des Klassenausfluges kommen möchte. In diesem Fall sucht er aus dem erlernten Methodenpool den Ablauf: Kleingruppen, Brainstorming, gemeinsames Bepunkten, Karten sammeln, Planungsstrahl und Herstellung von Verbindlichkeiten.

Nachdem der Moderator die Klasse begrüßt hat, kündigt er an, dass eine kurze Klassenreise geplant werden soll. Alles, was dazugehört, hat er auf einem Flipchart vorbereitet und ein wenig, ähnlich wie auf dem Bild, visualisiert.

Hinzu kommt in diesem Fall, dass die Aktion nicht mehr als 30,- Euro pro Person kosten soll. Weiterhin erklärt er der Klasse, dass sie gleich in Kleingruppen geteilt werden, die durch die Methode des Brainstormings Vorschläge für das Ziel des Ausflugs sammeln sollen und sie danach der gesamten Klasse präsentieren sollen. Er erinnert an die üblichen Gesprächsregeln, also Wortbeiträge durch Melden und Warten, bis man drangenommen wird, keine Beleidigungen, den anderen zuhören. Dann erläutert er die Regeln des Brainstormings, nämlich dass alle Beiträge groß und deutlich aufgeschrieben werden, dass es während des Sammelns der

DAS GANZ PRAKTISCHE VORGEHEN

Beiträge keine Diskussionen geben soll sowie keine Kommentare außer Verständnisfragen.

Danach teilt der Moderator die Klasse in drei Gruppen. Jede Kleingruppe bekommt einen Flipchart und einen Edding. Jede Kleingruppe soll einen Moderator bestimmen, der das Brainstorming durchführt, und einen Unterstützer, der die Vorschläge aufschreibt. Nach zehn Minuten holt der Hauptmoderator die Kleingruppen wieder zurück in die Großgruppe und moderiert die Präsentationen der Kleingruppen.

Durch die verschiedenen Brainstormings sind 30 verschiedene Vorschläge für die Klassenreise gesammelt worden. Der Moderator gibt eine kurze Zeit vor, in der die gesammelten Vorschläge diskutiert werden dürfen. Nun erklärt der Moderator das Prinzip des Bepunktens und dessen Vorteil gegenüber einer Abstimmung. Der Vorteil ist, dass die große Mehrheit sich auf etwas einigt, womit sie einigermaßen gut leben kann, anstatt dass sich etwas mehr als die Hälfte der Klasse per Abstimmung durchsetzt. Es wird durch die Methode, Punkte für alle Vorschläge zu verteilen, sehr viel stärker auf die Rücksicht der Interessen von allen hingearbeitet.

Nun verteilt der Moderator an jeden Schüler und jede Schülerin einen Edding und erklärt der Klasse, dass jede/-r drei Punkte auf dem Flipchart vergeben darf, nach dem Kriterium, was er oder sie am liebsten an dem Schulausflug unternehmen würde. Die Schüler/-innen dürfen alle durcheinander nach vorne, um sich im beschränkten Rahmen etwas „austoben" zu können. Fällt die Entscheidung nicht eindeutig aus, kann das Bepunkten z. B. nur mit den fünf höchstdotierten Vorschlägen wiederholt werden.

Ist das Ausflugsziel festgelegt, wird noch einmal nachgefragt, ob jede/-r mit dem Ergebnis klarkommt. So kann frühzeitig ein Konflikt angesprochen werden.

Wenn alles klar ist, geht es nun ans Planen. Die Fragestellung des Moderators an die Gruppe ist, was genau geplant und beachtet werden muss, um den Schulausflug durchzuführen.

Für die nächsten Methoden sucht der Moderator sich eine/-n Unterstützer/-in aus der Klasse. Eine/-r nimmt die Wortmeldungen an, und eine/-r schreibt die vorgeschlagenen Handlungsschritte der Klassenkameraden und Klassenkameradinnen auf Karten auf. Dabei muss der Moderator darauf achten, dass die Punkte kleinschrittig festgehalten werden, also nicht nur „Verpflegung", sondern „Verpflegungsliste erstellen" und „Verpflegung kaufen" etc. Wenn keine Vorschläge mehr kommen, klebt der Moderator mit einem Klebeband eine lange Linie auf den Boden und erklärt diesen so genannten Planungsstrahl. Eine Seite des Planungsstrahls ist der jetzige Zeitpunkt, und das andere Ende des Strahls ist der eigentliche Ausflug. Nun muss die Klasse gemeinsam beschließen, in welcher Reihenfolge die verschiedenen Handlungsschritte abgearbeitet werden müssen. Dieser Prozess ist sehr wichtig und schwierig zu moderieren, da die Schüler/-innen sich einigen müssen. Der Moderator muss flexibel sein und Kompromissvorschläge parat haben. Während dieser Phase können auch nachträglich Karten mit Handlungsschritten hinzugefügt werden, die erst später deutlich werden.

Sind alle Karten auf dem Planungsstrahl verteilt, kommt nun der letzte Planungsschritt, nämlich die genaue Aufteilung der Aufgaben. Auf einem Plakat wird festgehalten, wer wann was wo macht.

Alle sind zufrieden, weil ein hohes Maß an Beteiligung erreicht wurde. Die Schüler/-innen wissen, dass der Ausflug allein von ihnen geplant wurde.

Katerina Nöllenburg und Dieter Lünse
Institut für konstruktive Konfliktaustragung und Mediation e. V (ikm) Hamburg

EXKURS

Im letzten September nahmen wir mit 30 Schülern und Schülerinnen aus den Klassenstufen 7–9 an einer Klassenratsfortbildung teil. Da bisher immer die Lehrer den Klassenrat geführt hatten, waren natürlich alle gespannt, was es so Wissenswertes über dessen Leitung gibt.

Wir trafen uns also an drei Tagen um acht Uhr mit unseren zwei Trainern in den Tagungsräumen des SC Condor. Dort erfuhren wir dann, was man hierbei alles bedenken muss. Jeder Tag begann mit einem kleinen Spiel. Danach lernten wir bis 13 Uhr viele hilfreiche Methoden zur Durchführung eines Klassenrates kennen, wie zum Beispiel Brainstorming oder das Anlegen einer Mindmap. Nachdem wir eine neue Methode kennen gelernt hatten, durften wir diese in kleineren Gruppen erproben und anschließend unsere Ergebnisse den anderen vorstellen. Wir lernten auch effektive Methoden, um für Ruhe oder dafür zu sorgen, dass Meinungsverschiedenheiten, die besprochen werden, nicht in Streit ausarten. Da uns alles auf spielerische Weise beigebracht wurde, kam auch keine Langeweile auf. Am letzten Tag führten wir dann wirklich eine Klassenratssitzung mit gestellten Problemen durch, wobei es jeweils drei Klassenratsleiter gab, die versuchten, diese Probleme zu lösen. Etwas später gab es dann ein Abschlusstreffen, wo das Gelernte noch einmal wiederholt wurde und Probleme, die beim Durchführen des Klassenrates in der Klasse bis dahin aufgetreten waren, besprochen und Lösungen dafür gefunden wurden.

Seitdem gibt es in fast allen Klassen einen regelmäßigen Klassenrat, der von uns Schülern geführt wird und in dem nicht nur Probleme gelöst, sondern auch andere Dinge geplant werden. Dieser funktioniert bis auf ein paar Kleinigkeiten sehr gut und wird von vielen Lehrern positiv angenommen.

Annika M., 7. Klasse

Veränderungspunkt des Schulalltages mehr Folgen hat, als ursprünglich angenommen wurde. Langjährige Gewohnheiten werden damit auf den Kopf gestellt.

Belastung des Schulbüros

Schon in der Ausgangserhebung wurde die Belastung des Schulbüros deutlich. Verletzte oder kranke Schüler/-innen, die dort „abgegeben“ werden, müssen versorgt werden, und Phasen, in denen kein Telefon klingelt, keine Kopieraufträge oder ähnliches erledigt werden können, gibt es nicht. Insbesondere in Zeiten der Zeugniserstellung wird dies zum Problem, da die Ruhe für die Erfüllung dieser Aufgaben fehlt. In Absprache mit der Schulleitung wurde entschieden, eine tägliche **Stillarbeitsphase** von einer Stunde einzurichten, in der das Schulbüro geschlossen wird, um Störungen zu minimieren.

Die Durchsetzung dieser Stunde stellte sich für beide Schulsekretärinnen als eine große Herausforderung dar. Nicht immer wurde diese Zeit von den anderen Schulmitarbeiterinnen und -mitarbeitern respektiert.

Stressbewältigung

Um dem Wunsch nach Entspannung nachzukommen, wurde dem 7. Jahrgang das **Stressbewältigungstraining SNAKE** angeboten. In dieser Schule wurde das Training komprimiert an zwei Tagen durchgeführt. Erfolgreich war, dass sich die gesamte Klasse mit der Thematik auseinander setzen konnte und Schwierigkeiten mit Lehrkräften durch die Begleitung außerschulischer Trainer/-innen thematisiert werden konnten.

Was wurde im Gymnasium Farmsen erreicht?

Im Gymnasium Farmsen haben Veränderungen auf unterschiedlichen Ebenen stattgefunden.

Eine Sensibilisierung für die Aspekte des Schulklimas und des Miteinanders hat dazu geführt, dass sich sowohl der Umgang innerhalb der Klassengemeinschaften als auch das Verhältnis zwischen Lehrern bzw. Lehrerinnen und Schülern sowie Schülerinnen verbessert haben.

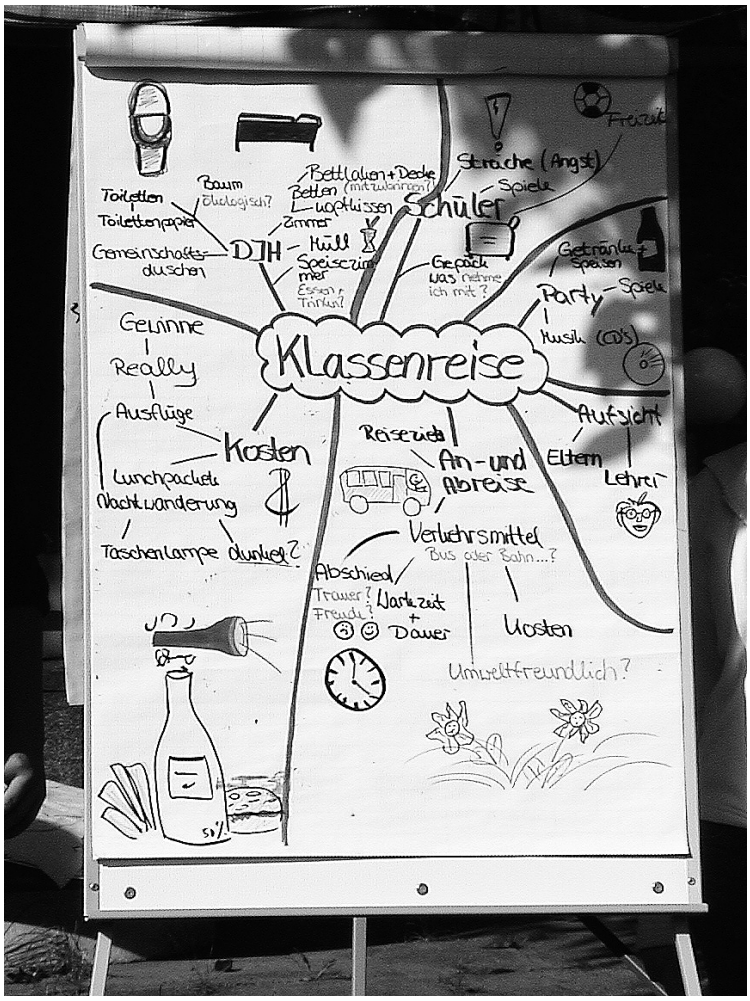
Im Bereich der Organisation erhielt der Bedarf an Pausen einen höheren Stellenwert. Auch die Terminübersicht der Klassenarbeiten trug zu einer entzerrten Schuljahrsstruktur bei.
Probleme im Miteinander können durch das Knowhow der Klassenräte schneller und einfacher gelöst werden, so dass auch die Pausen als weniger belastend erlebt werden.

Bei der Umsetzung der rauchfreien Schule zeigte sich, dass durch die Existenz des Gesundheitszirkels ein Gremium geschaffen war, aus dem heraus sich eine Unterarbeitsgruppe bilden ließ.

So sieht die Schule die Herstellung von Information und Transparenz als eine wichtige Voraussetzung, um schulische Veränderungen zu ermöglichen. Eine Konkretisierung von Vorhaben und ein entsprechender Zuschnitt auf Klassen führte zu einer zeitnahen Umsetzung und zu möglichst geringen Reibungsverlusten. Die Einbindung von Eltern war ebenso förderlich für die Projektvorhaben wie die Ausgangsanalyse, die auf die Schwachpunkte aufmerksam machte.

Als ungünstige Bedingungen für die Umsetzung von Projektideen wurden Zeitmangel, fehlende Zuständigkeit und nicht abschließend durchdachte Konzepte gesehen.

„Zieht man nun Bilanz, was die Arbeit unseres Gesundheitszirkels und die Unterstützung unserer Schule durch die HAG angeht, lässt sich neben den konkreten erfolgreichen Projekten (...) vor allem eines feststellen: Dadurch, dass sich im Gesundheitszirkel Vertreterinnen und Vertreter aller am Schulleben beteiligten Personengruppen zusammengefunden haben, ist das gegenseitige Verständnis für die unterschiedlichen Bedürfnisse aller Beteiligten gewachsen. Diese gewachsene Sensibilität und die gemeinsame Planung von Projekten haben zu einem noch intensiveren Bewusstsein gemeinsamer Verantwortung und gemeinsamer Gestaltungsmöglichkeiten geführt.“ (Schlawski in Stadtpunkte 2/2006: 7)



Klassenratausbildung Foto_IKM

Die Bewertung

4. Projektbewertung

Wirkungen im Setting Schule

Um das Projekt schulübergreifend bewerten zu können und um aufzuzeigen, welche Wirkung der Einsatz von Steuerungsinstrumenten der betrieblichen Gesundheitsförderung im Setting Schule hat, wurde das UKE Hamburg, Institut und Poliklinik für Medizinische Psychologie, beauftragt, eine Evaluation zu erstellen. Prof. Dr. Dr. Uwe Koch führte diese Evaluation qualitativ und quantitativ im Herbst 2005 durch. Die Ergebnisse lagen im April 2006 vor.

Die Verläufe und Interventionsbeispiele zeigen an den vier Modellschulen, wie das Projekt verlaufen ist, wie sich die Beteiligung der Schulakteure gestaltet hat und welche Einzelprojekte in dem Projektzeitraum von zwei Jahren verwirklicht werden konnten (vgl. Kliche et al. 2006: 10 ff.).

Die Evaluation des Projektes soll die Verlaufserfahrungen zusammenfassen und die angestrebten, ausgewählten Wirkungen des Projektes auf den vier Zielebenen (Gewalt- und Konfliktprävention, Stressreduktion und Verbesserung des Organisationsklimas) aufzeigen, die für einen nachhaltigen Erfolg von schulischer Gesundheitsförderung wichtig sind (Kliche, Kawski & Koch, 2004).

Die folgenden Ergebnisse sind dem Evaluationsbericht des UKE Hamburg entnommen (Kliche et al. 2006: 10ff.).

4.1 Aufgabe und Fragestellung der Evaluation

Schulische Gesundheitsförderung stellt ein komplexes Interventionsprogramm mit mehreren für sich variablen Teilelementen dar (Campbell et al. 2000[1]). Dabei ist der praktische Nutzen des Ansatzes zur schulischen Gesundheitsförderung bislang noch nicht umfassend empirisch abgesichert. Die meisten Veröffentlichungen zu schulischer Gesundheitsförderung sind theoretisch-programmatischer Natur oder erläutern an praktischen Beispielen und Fallstudien das Vorgehen bei der Einrichtung und Projektdurchführung einschlägiger Vorhaben.

Empirische Wirkungsnachweise des Ansatzes werden hingegen weit seltener vorgelegt und beziehen sich in der Regel auf ausgewählte Einzelzusammenhänge zwischen Struktur- und Prozessmerkmalen schulischer Felder einerseits und Zufriedenheits- und Belastungsindikatoren andererseits. Somit fehlen bislang einheitliche Messinstrumente sowie eine umfassende Sichtung der Evidenz und wesentliche Datengrundlagen.

Bei einem solchen Ausgangsstand ist es nur vorsichtig möglich, Wirkungsnachweise für Teilinterventionen zu sichern (Jack et al. 2006; Lohaus & Klein-Heßling 1998; Sechrest & Figueredo 1993; Wholey, Hatry & Newcomer 2004). Evaluation kann dabei als schrittweiser, kontinuierlicher Erkenntnisprozess

[1] Die aufgeführten Quellenhinweise sind dem Evaluationsbericht des UKE entnommen

begriffen werden (Campbell et al. 2000; Morfeld & Wirtz 2006).

Die Aufgaben der Evaluation waren somit:

Verlaufserfahrungen:

- Fördernde/hemmende Bedingungen in der Schulstruktur und kommunalen Vernetzung, Merkmale des Kollegiums, Elternmotivation und -beteiligung, Partizipation aller Teilgruppen, Projektmanagement und Umsetzungsstrategien (Verlaufsfaktoren)
- Teilinterventionen (Erfolgsprüfung: Optimierungsansätze, Empfehlungen und Verbesserungen)
- Günstige Erfolgsaussichten und Kosten-Nutzen-Verhältnisse (Effizienz)

Gesamtbilanz des Projektes durch Abschätzung der Wirksamkeit in den angezielten Leitdimensionen mit Fragen zum

- Projekterfolg (Wirkungen auf Schulalltag, Konfliktbewältigung und Schulklima, Erweiterung der Problemlösungskompetenzen)
- Interventionseffekte (Wirkungen einzelner Schritte)
- Verstetigung

Die Untersuchung des Projektverlaufs sowie die von den Zielgruppen wahrgenommenen Veränderungen und Wirkungen durch das Projekt sind notwendig, um Aussagen über den nachhaltigen Erfolg des Projektes machen zu können, aber auch, um Optimierungsansätze für Teilschritte und effiziente Vorgehensweisen zu ermitteln. Folgende Schritte zur Ermittlung der Ergebnisse wurden durchgeführt:

Methoden der Evaluation

1. Quantitative Veränderungsmessung: Zur Feststellung zielgerichteter Veränderungen an den beteiligten Schulen war ein Vergleich von gesundheitsbezogenen Dimensionen mit den ermittelten Werten zu Projektbeginn möglich. Als Indikatoren standen die Items der Eingangserhebung von 2004 zur Verfügung.

Die Datenerhebung wurde mit Hilfe von Fragebögen von den Schulen selbst durchgeführt.

2. Quantitative Verankerungsmessung: Um die Belastung der Projektschulen im Vergleich zu anderen Schulen zu betrachten, wurden in die Abschlusserhebung mehrere Fragen integriert, für die bundesweite Vergleichswerte aus mehreren Schularten verfügbar sind.

3. Strukturierte Umsetzungsbeschreibung ausgewählter Teilschritte: Zur Abschätzung der Durchführung und Umsetzung wichtiger Teilschritte wurde für jene Teilvorhaben, die von den Schulen (Gesundheitszirkel) als wichtigste ausgewählt wurden, das Informationssystem QS-Prävention eingesetzt. Zu jedem Teilprojekt sowie zur Strukturierung und Gestaltung des Gesamtvorhabens wurde seitens der Projektleitung ein ausführlicher Dokumentationsbogen ausgefüllt und von Expertinnen und Experten (aus der Prävention mit Kindern und Jugendlichen bzw. in Schulen) nach einem strukturierten Leitfaden begutachtet. So ergaben sich Werte für 29 Haupt- und Teildimensionen der Gestaltung präventiver Interventionen.

Dabei zeigten sich keine Hinweise auf deutliche Mängel in der Planung, Durchführung, Verlaufs- und Ergebnisbeobachtung, so dass über die Detailbefunde der Teilaktivitäten hier nicht berichtet wird.

4. Qualitative Verlaufsanalyse: Zur Prozessbeschreibung der Umsetzung wurden 24 rückblickende Experten-, Expertinnen- und Teilnehmer/-inneninterviews durchgeführt und mit der Methode der entdeckenden Heuristik in Hinblick auf berichtete Wirkungen, Veränderungen der Organisationskultur und Verlaufseinschätzungen (Erfolgsfaktoren) ausgewertet.

Es wurde untersucht, welche gemeinsamen Aussagen die Befragten zu Förder- und Hemmfaktoren für die Beteiligung der verschiedenen Gruppen am Projekt machen und wie diese das Projekt und seine Wirkungen insgesamt beurteilen. Die Einschätzungen von Lehrerinnen und Lehrern, Eltern, Schülerinnen und Schülern, Schulleitungen und nicht unterrichtendem Personal über die Gründe für oder gegen eine Beteiligung am Projekt sowie dessen Konzeption, Umsetzung und Wirkungen unterscheiden sich dabei nicht wesentlich voneinander. Die Perspektive der Erwachsenen darauf ist zwar umfassender und abstrakter als die der Schüler/-innen, die gemeinsamen Aussagen spiegeln aber lediglich verschiedene Facetten der gleichen Grundeinschätzung wider.

Zum Vergleich zwischen den Schulen wurden die Aussagen aller Befragten aus jeweils einer Schule zu den gleichen Fragestellungen zusammengestellt. So wurde es möglich, mögliche Unterschiede in den Sichtweisen zu ermitteln. Dabei zeigten sich deutliche Unterschiede zwischen den Beurteilungen des Gesamtprojektes und den Teilinterventionen, so dass auch die Aussagen zu den Wirkungen des Gesamtprojektes und sämtlicher Teilinterventionen vergleichend analysiert wurden.

5. Triangulation: Die Ergebnisse der Teilschritte wurden miteinander verglichen, um mögliche Abweichungen von Befunden erkennen, ihre Ursachen zurückzuverfolgen und ggf. Validitätsprobleme einzelner Befragungs- und Auswertungsschritte abschätzen zu können (Flick, 2004). Dabei ergaben sich jedoch keine Unstimmigkeiten in den Einzelbefunden.

4.2 Rücklaufquoten der Erst- und Zweitbefragung

Zu beiden Befragungszeitpunkten konnten erhebliche Anteile der beteiligten Gruppen erfasst werden. Insgesamt war in fast allen Schulen und bei allen Befragten die Beteiligung an der Ausgangsuntersuchung höher als zum Ende des Projektes.

An der Schule Hermannstal wurde keine quantitative Erhebung durchgeführt, weil die erfolgte Zusammenlegung mit der Schule Oststeinbeker Weg eine Veränderung der gesamten Arbeits- und Unterrichtssituation für Lehrkräfte und Schüler/-innen darstellte und wahrscheinlich zu erheblichen, schwer interpretierbaren Verzerrungen in den Werten geführt hätte. Die damit verbundenen Prozesse wurden in den qualitativen Interviews berücksichtigt.

Ursachen für niedrigeren Rücklauf bei der Zweitbefragung

Da der Rücklauf bei der Abschlussbefragung am Ende des Projektes (T2) um etwa die Hälfte niedriger war als bei der Eingangsbefragung zu Beginn des Projektes (T1), wurde eine Verzerrungsanalyse zur Abschätzung möglicher Verzerrungen der Ergebnisse durch die Ausfälle durchgeführt (Abb.1).

Diese ergab bei den Schülerinnen und Schülern keine überproportionalen Veränderungen zwischen den beiden Befragungen bei den männlichen und weiblichen Befragten. Andere soziodemografische Merkmale erwiesen sich jedoch als einflussreich: Die Ausfälle von T1 zu T2 betrafen häufiger ältere sowie männliche Schüler (Alterseffekt). Dieser Effekt stimmt mit den Erfahrungen aus anderen Befragungen überein, dass sich mit Eintreten und Fortschreiten der Adoleszenz Kooperationsbereitschaft und Interessenslagen verschieben (Vogl 2006: 14).

An den drei Schulen unterscheiden sich die Bewertungen von Schülerinnen und Schülern aus deutschsprachigen und anderssprachigen Familien signifikant. Erstere waren zufriedener mit der Schule, während Letztere das Projekt insgesamt besser beurteilten, nicht aber alle seine Teilschritte. Somit lag die Größenordnung des Rücklaufs zur Abschlussbefragung dennoch im Rahmen der aus anderen Betriebs- und Organisationsbefragungen gängigen Umfänge.

Beim Schulpersonal beurteilten ältere Befragte das Projekt signifikant günstiger. Die persönliche Projektbeteiligung hatte keinen Einfluss auf Fragen zu Gesundheit und Wirkungsbeurteilung des Projektes.

Die Ursachen für die niedrigere Beteiligung an T2 lagen aus der Sicht der Befragten vor allem in der aufwendigeren Organisation dieser Befragung (die Eingangsbefragung T1 wurde durch die HAG durchgeführt; die Abschlussbefragung war zudem durch behördlich geforderte, vorab zu verteilende

Abb. 1: Stichprobenzusammensetzungen und Rücklaufquoten beider Befragungspunkte

		Gymnasium Farmsen		Steinadler Weg		Geschwister-Scholl		Gesamt	
		T1	T2	T1	T2	T1	T2	T1	T2
Schüler	Rücklauf	239 91,9%	132 50,8%	179 81,4%	81 36,8%	209 72,1%	128 44,1%	627 81,4%	341 44,3%
	ausgeschickt	260	260	220	220	290	290	770	770
Schul-personal	Rücklauf	25 62,5%	30 85,7%	14 70,0%	9 27,3%	23 39,7%	12 30%	62 52,5%	51 47,2%
	ausgeschickt	40	35	20	33	58	40	118	108
Eltern	Rücklauf	200 76,9	128 49,2%	127 57,7%	50 22,7%	122 42,1%	58 20,0%	449 58,3%	236 30,6%
	ausgeschickt	260	260	220	220	290	290	770	770
Gesamt	Rücklauf	464	290	320	140	354	198	1138	628
	ausgeschickt	560	555	460	473	638	620	1658	1648

Informations- und Zustimmungsbriefe für die Eltern komplizierter), dem Befragungszeitpunkt (Vorweihnachtszeit) und einigen sozialpsychologischen Motiven (Ende des Projektes, Angst vor Kontrollen und Vergleichen im aktuellen bildungspolitischen Klima, Befürchtung entmutigender Ergebnisse, unklarer weiterer Nutzen und Verlauf des Projektes).

Diese Ergebnisse belegen also, dass verschiedene Faktoren bei der Verminderung der Rücklaufquoten zwischen T1 und T2 zusammenspielten und keine Ursache oder Ursachengruppe mit großer Durchschlagskraft dafür verantwortlich war. Die Daten der Abschlussbefragung erlauben somit Aussagen über die befragten Teilgruppen.

Da die erhaltenen Daten somit als Abbild der gesamten Zielgruppen interpretiert werden können, hat allerdings auch der verminderte Rücklauf für sich eine Aussagekraft. Er zeigt an, dass das Projekt zum Zeitpunkt der Abschlussbefragung nicht genügend Anziehungs- und Motivationskraft entfaltete, um die alltäglichen Hindernisse zu überwinden, die einer ähnlich hohen Beteiligung wie zur Eingangsbefragung entgegenstanden. Nach den qualitativen Daten und in Anbetracht der differenzierten Beurteilung des Projektes und seiner Teile durch verschiedene Zielgruppen und Schulen kann man diese Haltung als wohlwollend-neutrale Passivität beschreiben. Da die Lehrer/-innen eine Schlüsselrolle als Multiplikator/-innen und Durchführende der Befragungen einnehmen, ist diese Gruppe besonders zu betrachten. Während an einer Schule der Rücklauf aus dem Kollegium hoch war und noch zunahm, lag er bei den beiden anderen Schulen sehr niedrig (absolut neun bis zwölf Personen). Dies kann pragmatische Gründe haben, aber auch auf einen engen Kreis von wirklich aktiven Personen hinweisen, auf deren Schultern das Projekt ruhte.

4.3 Die Projektschulen im bundesweiten Vergleich (Verankerungsmessung)

Die bundesweiten Vergleichswerte zeigen, dass die vier Hamburger Schulen durchschnittlich höhere gesundheitliche Belastungen und ein schwierigeres Schulklima aufweisen als der Durchschnitt der Schulen in der Bundesrepublik. Dies gilt sowohl für Lehrkräfte als auch für die Schüler/-innen.

Der Befund bleibt auch bestehen, wenn man die Hamburger Schulen nach ihrer jeweiligen Schulart mit bundesweiten Vergleichswerten in Bezug setzt. Dabei zeigt sich, dass die Haupt- und Realschule Steinadler Weg und die Geschwister-Scholl-Gesamtschule höhere Mehrbelastungen gegenüber den bundesweiten Werten aufweisen. Ausnahmen bilden die Einschätzungen der Schüler/-innen zu ihrem Gesundheitszustand, die leicht besser als die bundesweiten Werte ausfallen. Da die Differenz sehr gering ist, kann dieser Einzelwert als wahrscheinliche Auswirkung der im Vergleich zu den Bezugswerten jüngeren Befragten vernachlässigt werden.

4.4 Verlaufserfahrungen

Die Eingangsbefragung T1 machte das Projekt an den Schulen bekannt; die Beteiligung an dieser Befragung lag bei 75 % der Eltern, 92 % der Schüler/innen und 62 % des Schulpersonals, dem das Projekt zudem durch Konferenzen wiederholt vorgestellt wurde. Für diese Anteile der Zielgruppen ist von Beginn an eine reine Bekanntheit des Projektes in beträchtlicher Höhe nachgewiesen, denn die Eingangsbefragung stellte das Projekt kurz schriftlich und mit Logo vor. Die Abschlussbefragung untersuchte im Gegensatz dazu die Sichtbarkeit des Projektes, d. h. die Vergegenwärtigung seiner Arbeit bei den Zielgruppen nach knapp zwei Jahren Laufzeit. Da die Daten über die Bekanntheit des Projektes über alle Schulen hinweg variieren, werden sie für die Schulen getrennt interpretiert.

Bekanntheit des Projektes bei den unterschiedlichen Gruppen

Bekanntheit bei Schülerinnen und Schülern

Das Projekt als Ganzes hat unter den Schülerinnen und Schülern eine Bekanntheit bei etwa ein bis zwei Dritteln in dieser Zielgruppe erreicht: 38,3 % am Steinadler Weg, 35,9 % in der Geschwister-Scholl-Gesamtschule und 67,4 % im Gymnasium Farmsen. Sein Steuerungsgremium, der Gesundheitszirkel, war jedoch an zwei Schulen noch bekannter (46,9 % am Steinadler Weg, 71,2 % am Gymnasium Farmsen). Einzelne Veränderungen wurden also wahrgenommen, aber nicht zwingend dem Projekt zugeschrieben. Das zeigt sich auch an der hohen Bekanntheit von Einzelinterventionen wie der Schließung des Lehrerzimmers (73,5 %) und der Klassenratausbildung (70,5 %) in Farmsen sowie der Schuldisco (43,2 %) und der Tanzgruppe (55,6 %) am Steinadler Weg.

Diese Beispiele überschreiten alle die Bekanntheit des Projektes, wurden also von einem Teil der Befragten von diesem Gesamtprojekt getrennt gesehen.

Vollkommen unbekannt war das Projekt zum Zeitpunkt der Abschlussbefragung etwa 20–30 % der Schüler/-innen der primären Zielgruppe (Farmsen 18,9 %, Geschwister Scholl 28,9 %, Steinadler Weg 33,3 %). Rechnet man allerdings die Bekanntheit aller Einzelaktivitäten des Projektes dem Bekanntheitsgrad des Gesamtprojektes zu, so blieb nur etwa ein Viertel bis ein Achtel der Schüler/-innen ohne wahrgenommene Verbindung zum Projekt (24,2 % war der Unterricht in Fit & Fun an der Geschwister-Scholl-Schule unbekannt geblieben, 18,5 % die Schuldisco am Steinadler Weg, 12,1 % die Klassenratausbildung am Gymnasium Farmsen).

An allen drei Schulen fand mindestens eine Teilintervention statt, an der sich ein Viertel der Schüler/-innen oder mehr beteiligte. Das waren zumeist die schon angeführten Interventionen mit der größten Bekanntheit (Schuldisco Steinadler Weg 43,2 %, Fit & Fun Geschwister Scholl 31,3 %, Theaterstück Farmsen 24,2 %). Die Beteiligung der Schüler am Gesamtprojekt lag bei 15 % bis 20 % (Beteiligung am Projekt oder Beteiligung am Gesundheitszirkel, was die Befragten nicht gleichsetzten).

Bekanntheit bei Lehrkräften

Da das Projekt einen Tagesordnungspunkt von Schulkonferenzen bildete, hatte weniger als ein Zehntel der Lehrkräfte vom Projekt nichts gehört (0 % Steinadler Weg, 6,7 % Farmsen, 8,3 % Geschwister Scholl). Vom Schulpersonal hatte rund die Hälfte bis zwei Drittel das Projekt als eigenes Vorhaben wahrgenommen (50,0 % Geschwister Scholl, 55,6 % Steinadler Weg, 63,3 % Gymnasium Farmsen). Ein Drittel bis die Hälfte hatte sich aktiv am Projekt beteiligt (30 % Farmsen, 44,4 % Steinadler Weg, 50 % Geschwister Scholl). Vergleicht man diese Zahlen mit den absoluten Zahlen beteiligter Lehrkräfte, so wird allerdings deutlich, dass das Projekt an zwei Schulen nur mit einer kleinen aktiven Gruppe von Lehrkräften und Schülerinnen und Schülern sicher rechnen konnte.

Gesamtbekanntheit

Hoher Bekanntheitsgrad – schwankende Sichtbarkeit

Unter den Schülerinnen und Schülern wie auch in den Kollegien und beim Schulpersonal hatte das Projekt somit schon zu Beginn einen sehr hohen Bekanntheitsgrad erreicht. Es konnte diese Bekanntheit aber nicht durch den Verlauf als Präsenz aufrechterhalten, und nicht alle seine Teilleistungen wurden dem Projekt als Ganzem zugeschrieben. Das Projekt hatte also stark schwankende Sichtbarkeit. Dazu kam, dass nicht alle seine Teilleistungen dem Projekt als Ganzem zugeschrieben wurden. Die aktive Beteiligung der Schüler/-innen konzentrierte sich auf für sie attraktive Teilangebote und Einzelaktivitäten.

Von den Lehrkräften war nur maximal die Hälfte der Lehrkräfte aktiv beteiligt, und nicht alle Kollegien waren gleich stark einbezogen. In zwei Schulen hatte das Projekt nur für einen kleinen Kreis ständige Sichtbarkeit. Die Arbeitslast der Aktivitäten verteilt sich also in den drei Schulen ungleich.

Die Beurteilung der Projektdurchführung und der erzielten Wirkungen

Die tatsächliche Beteiligung, Geschwindigkeit und Breite der umgesetzten Teilschritte variierten an den Schulen deutlich. Während in zwei Schulen Schüler/-innen- und Elternengagement gut ausgeprägt waren, stellte deren Abstützung in den beiden anderen ein Problem dar. Dafür waren aus der Sicht der Befragten an allen Schulen ähnliche Motivationsfaktoren verantwortlich, deren Ausgangslagen (soziale Lagen) an den Schulen aber unterschiedlich sind: Aufwand, verfügbare Zeit, familiäre und sozioökonomische Belastungslagen.

Wo besonders ausgeprägte soziale Belastungen im Umfeld der Schulen bestehen, beschränkte sich der Kreis der Aktiven zu Projektbeginn und bis weit in den Verlauf auf eine Kerngruppe dauerhaft engagierter Personen, die dadurch besonders beansprucht waren und sich mehr Beteiligung weiterer Mitwirkender wünschten.

Die Beurteilungen von Teilwirkungen und Projektorganisation an den unterschiedlichen Schulen unterscheidet sich entsprechend in Ausrichtung und Nachdruck des Projektes. Nicht nur die Ausgangsbedingungen der Schulen waren sehr ungleich, sondern auch die Rahmenbedingungen des Projektverlaufs (Zusammenlegung einer Schule). Deshalb zeigt ein Schulvergleich nicht „Sieger“ und „Verlierer “, denn alle Schulen haben durch das Projekt gewonnen, sondern vor allem übergreifende Verlaufsfaktoren.

Kerngruppenbildung

In allen Zielgruppen engagierten sich zunächst vor allem solche Personen im Projekt, die ohnehin eine hohe Bindung und ein schon ausgeprägtes Engagement für Schulaktivitäten mitbrachten. Die Gründe, sich nicht zu beteiligen, lagen nach Einschätzung der Befragten eher in äußeren Rahmenbedingungen

(zeitliche Belastungen) wie dem sozialen Umfeld (geringe soziokulturelle Ressourcen, soziale Benachteiligung und allgemeine Distanz zur Schule bei Familien und Schülern/-innen) als in Konzept und Gestaltung des Projektes. Somit zeigte sich in der qualitativen Erhebung die Kerngruppenbildung in der Beteiligung am Gesundheitszirkel als ein wichtiges Ergebnis für den Projektverlauf.

Einschätzungen des Gesamtprojektes

Die Einschätzungen des Gesamtprojektes wurden mit Mittelwerten zur erlebten Projektwirkung und zur Einschätzung der Projektdurchführung erhoben. Diese beiden Skalen können daher auch zu einem Gesamtwert „Projekteinschätzung" zusammengefasst werden. Dabei zeigte sich für alle Gruppen:

- Die Mittelwerte auf einer fünfstufigen Skala (5 = maximale Wirkung und bestmögliche Durchführung) lagen etwas unter dem Mittelwert der Skala, d. h. zwischen 2,5 und 3,2.
- Die Projektdurchführung wurde besser beurteilt als die erwarteten Auswirkungen des Projektes.

Schüler/-innen, Lehrkräfte und Eltern unterschieden sich signifikant in ihrer Gesamteinschätzung des Projektes: Das Schulpersonal war am zufriedensten (M = 3,03), gefolgt von den Eltern (M = 2,95), während die Schüler/-innen die niedrigsten Gesamtbeurteilungen abgaben (M = 2,45).

Im Schulvergleich sind bei allen drei Gruppen die Befragten an der Geschwister-Scholl-Schule am zufriedensten. In der subjektiven Einschätzung der Befragten hat diese Schule somit am meisten vom Projekt profitiert. Am wenigsten zufrieden waren unter den Schüler/innen die am Gymnasium Farmsen, unter den Erwachsenen die Befragten im Steinadler Weg.

Beurteilung einzelner Aktivitäten und Arbeitsschritte

Als eine Hauptleistung in der qualitativen Befragung nannten alle Gruppen von Befragten die Durchführung unterschiedlichster Aktivitäten und deren Einzelwirkungen. Deren Wirkungen werden insgesamt positiv beurteilt, ohne dass schon durchgreifende, dauerhafte Erfolge eingetreten seien.

Die Akzeptanz verschiedener Einzelaktivitäten weist starke Unterschiede auf, und zwar sowohl zwischen den Schulen wie zwischen den Gruppen und zwischen verschiedenen Aktivitäten. Das lässt sich beispielhaft an den Urteilen der Schüler/-innen zeigen. Auf einer fünfstufigen Punkteskala (5 = sehr gut) liegen die Aktivitäten ungefähr zwischen 1,9 und 3,7 (Gymnasium Farmsen), bis hoch zu einem Wert von 4,2 für die Schuldisco an der Schule Steinadler Weg. Der Gesundheitszirkel als zentrales Gremium erhält Werte um den Skalenmittelpunkt 3. Mit den niedrigsten Werten beurteilten die Schüler/-innen die Fachtagung. Eine klare, schulübergreifende Systematik der Einschätzungen ist ansonsten nicht erkennbar.

Wichtigkeit der Teilschritte

Die Einzelvorhaben bieten allen Beteiligten unterschiedliche Möglichkeiten, sich gemäß ihren Erwartungen, ihren Möglichkeiten und ihrem Zeithorizont zu beteiligen und dabei zu befriedigenden Ergebnissen zu gelangen. Das Projekt ermöglichte so die Beteiligung vieler Personen mit unterschiedlichen Anliegen.

Positive Haupt- und Nebenwirkungen

Förderung kommunikativer und organisatorischer Kompetenzen

Die durchgeführten Teilschritte hatten nach der Beobachtung der befragten Multiplikatorinnen und Multiplikatoren zumeist sowohl (spezifische) positive Wirkungen entsprechend ihrer Zielsetzungen als auch allgemeine (generische) positive Nebenwirkungen. Hierzu gehörte beispielsweise die Förderung kommunikativer und organisatorischer Kompetenzen bei den Schülerinnen und Schülern, insbesondere durch deren Mitarbeit im Gesundheitszirkel.

Beide Arten von positiven Wirkungen werden über praktisch alle Teilinterventionen berichtet (Gesundheitszirkel, Eingangsbefragung, Schulhofgestaltung, Projektwoche, Spielekisten, Theaterstück zur Gewaltprävention, Tanzgruppe, Ausflüge, Schulfest, Fachtagung, Klassenarbeitsterminplaner, das Programm SNAKE, Konferenz zur Lehrergesundheit, Klassenratausbildung).

Unterschiedliche Beurteilung der einzelnen Befragungsgruppen

Widersprüchliche Beurteilung von Einzelaktivitäten

Im Vergleich der Zielgruppen weisen die Beurteilungen der Einzelaktivitäten auf Widersprüche zwischen einigen Bedürfnissen der Gruppen hin: Die Schüler/-innen in Farmsen beurteilen die Schließung des Lehrerzimmers mit einem Mittelwert von 1,86 und die Stillarbeitszeit für das Schulbüro mit 2,58 am schlechtesten. Beim Schulpersonal genießen beide Interventionen hingegen sehr hohe Akzep-

tanz (M = 4,22 bzw. 4,07 im Vergleich zu 3,27 für das Gesamtprojekt bei Lehrerinnen und Lehrern am Gymnasium Farmsen). Auch zwischen den Einzelwerten für verschiedene andere Teilprojekte treten zwischen Eltern und Schulpersonal Differenzen auf.

Selbstwirksamkeitserfahrungen (Ermutigung, Empowerment)

Ermutigende Erfahrungen durch Mitentscheidung und aktive Beteiligung

Die Einzelaktivitäten wurden von den Schülerinnen und Schülern als ermutigende Erfahrungen erlebt, da sie sich an der Entscheidung dafür und in deren Umsetzung aktiv einbringen konnten und so Wirkungen für sie unmittelbar erfahrbar wurden. Denn das Engagement wird aus Sicht der Schüler vor allem dadurch gefördert, dass Konkretes passiert. Sinnvoll ist, wenn für sie erkennbar wird, warum sich Beteiligung lohnt. Das wurde für die Befragten etwa am Teilvorhaben der Schulhofgestaltung spürbar. Am Projekt insgesamt war für Schüler/-innen die Möglichkeit zur Mitbestimmung erwähnenswert, allerdings müsste nach Ansicht der Schüler/-innen dafür durch Klassenlehrer/-innen noch mehr Transparenz über das Projektgeschehen geschaffen werden. Die Unterstützung durch Lehrer/-innen wurde von den Schülerinnen und Schülern in diesem Zusammenhang als wichtig erlebt.

Unsicherheit über die Wirkung von Einzelaktivitäten

Greifbare und messbare Gesundheitswirkungen werden dem Projekt und seinen Teilschritten kaum zugesprochen. Die Beschreibung konkreter Effekte war eher zurückhaltend. Solche Wirkungen werden zumeist bei jeweils anderen Gruppen, aber nicht der eigenen wahrgenommen und vor allem auf Personen eingeschränkt, die sich an den Teilinterventionen beteiligten. Der Schulalltag sei weitgehend unberührt geblieben, berichteten viele Befragte. Einzelne positive Wirkungen werden eher als begrenzte Einzelfälle oder punktuelle Beispiele dargestellt.

Diese Betrachtungsweise entspricht der Fokussierung auf Einzelaktivitäten und verweist auf die Schwierigkeit, ohne externe Vergleichsdaten die Wirkungen des Projektes angemessen einzuschätzen. Bei kritischer schulübergreifender Einordnung der Berichte über Einzelinterventionen zeigen sich vier Gruppen von Teilinterventionen:

Wirkungsweise unterschiedlicher Einzelaktivitäten

- Mit Sicherheit als übergreifend wirkungsvoll können nur wenige Teilschritte betrachtet werden. Konkret sind das insbesondere Spielekisten, die Projektwoche und die Gesundheitszirkel.
- Eine zweite Klasse von Interventionen genoss zwar hohe Akzeptanz, ihre Wirkung war aus der Sicht der Befragten aber unklar. Sie diente jedoch der Bekanntheit und Verankerung des Projektes und des Gesundheitszirkels (Tanzgruppe, Schulfest, Theaterstück).
- Eine dritte Klasse von Interventionen hatte keine konkreten oder nur für Teilgruppen erkennbare Wirkungen (Eingangsbefragung, Klassenrat, Klassenarbeitsterminplaner, Fachtagung, Konferenz Lehrergesundheit, Schulhofgestaltung).
- Eine kleine Gruppe von Interventionen wurde nur in Begriffen unklarer, unkonkreter Wirkungen und nur von Teilen oder gar keinen Befragten als wirksam beschrieben. Hier ist von zweifelhafter Wirksamkeit im Kontext dieses Projektes zu sprechen (Supervision, Ausflüge, SNAKE).

In den letzten beiden Gruppen sammeln sich auch Teilschritte, die nach Ansicht mindestens einiger Befragter besser oder vollständiger umgesetzt werden könnten (SNAKE, Fachtagung, Klassenarbeitsterminplaner, Schulhofgestaltung, Eingangsbefragung, Klassenrat).

Sonderrolle des Gesundheitszirkels

Wie bereits dargestellt, hatte das Steuerungsgremium eine Fülle von Aufgaben, die sich auf die Entwicklung der Schule als Gesamtorganisation und die Bündelung von Gesundheitsförderung positiv auswirkten. Es schuf ein Forum zur gruppenübergreifenden Begegnung und Problemanalyse, Bedürfnisartikulation und Lösungsentwicklung. Dies kam insbesondere der Gruppe der Schüler/-innen zugute, da diese dadurch lernten, Probleme zu beschreiben und selbstständig Lösungen zu generieren. Dennoch wurde der Gesundheitszirkel als eigene Teilintervention aufgefasst und nicht als Verkörperung des Gesamtprojektes.

Zugleich ist die Arbeit hier enttäuschungsanfällig, weil der Zirkel die Leistungsanforderungen und Gruppenerwartungen für das Gesamtprojekt bündelt und ausgleichen muss. Die Eingangsbefragung zeigte insbesondere den Schülerinnen und Schülern, dass die Schule ihre Bedürfnisse ernst nehmen wollte.

Auch wenn es weitere kritische Stimmen in Bezug auf den Aufwand und das Arbeitstempo im Gesundheitszirkel gab, wurde dem Gesundheitszirkel eine wichtige Steuerungsrolle zugeschrieben. Die daran beteiligten Personen berichten Beispiele bei der Auswahl und Gestaltung geeigneter Teilschritte.

4.5 Gesamtbilanz

Das Projekt ist in den vier Schulen ungleich verlaufen. Um die Gründe dafür ermitteln und Folgerungen für die Projektgestaltung ableiten zu können, sind die Voraussetzungen der Schulen für das Projekt sowie deren Erwartungen daran untersucht worden. Es wurde deutlich, dass das Projekt aus Sicht der Schulbeteiligten den Schulen zu unterschiedlichen Zwecken dienen sollte, die nicht immer explizit formuliert wurden. Zudem variierten die Strukturen und Ressourcen der Schulen, so dass das Projekt unter unterschiedlichsten Bedingungen durchgeführt wurde. Zusätzlich wurden der Projektverlauf und der Stand der Verstetigungsabsichten untersucht.

Für die Projektgestaltung konnten daraus übergreifende Faktoren des Projektes ermittelt werden, die auf einen wirkungsvollen, effizienten Projektverlauf und das Erreichen der gesetzten Ziele hinwirken. Zudem wurde der Einfluss einzelner Aktivitäten auf die Gesamtwirkung untersucht.

Einfluss einzelner Aktivitäten auf die Gesamtwirkung

Zur Prüfung des Beitrags von Einzelaktivitäten zur erlebten Gesamtwirkung und zur Einschätzung der Durchführung zeigen die quantitativen Werte erhebliche Unterschiede im Verlauf zwischen den Schulen und im Erleben der Gruppen auf: Die „Schulung zur Gesundheitsförderung“, der „Gesundheitskoffer“, die „Beratung zur aktiven Pausengestaltung“, die „Befragung zur Gestaltung des Schulhofes“ , die „Klassenratausbildung“ oder die „Einrichtung einer Planungszeit für das Schulbüro“ sind Beispiele für Aktivitäten, die signifikanten Einfluss auf die Gesamtbewertung hatten.

Bei schulübergreifenden Bewertungen für einige durchgehend umgesetzte Teilschritte aus der Sicht aller Befragten wird Folgendes deutlich:

- Die Akzeptanz der verschiedenen Teilschritte hat unterschiedliche Auswirkungen auf die erlebte Wirkung und Durchführungsqualität des Projektes.
- Dieser Zusammenhang ist im Erleben der Zielgruppen (hier: Schüler/-innen und Schulpersonal) nicht gleich stark. Für die Projekteinschätzung der Schüler/-innen sind die verschiedenen Teilaktivitäten ungefähr gleich wichtig, während sich beim Schulpersonal starke Unterschiede in der Bedeutung verschiedener Teilaktivitäten ergeben.
- Besonders einflussreich sind der Gesundheitszirkel und die Akzeptanz des Projektes allgemein.
- Die Fachtagung und der Gesundheitskoffer haben wenig Einfluss auf die Gesamteinschätzung.
- Manche Schritte sind besonders ausschlaggebend für die Gesamteinschätzung von Wirkungen und Durchführung des Projektes.
- Eine Begleiterscheinung der Fokussierung auf die Teilaktivitäten des Projektes ist aus der Sicht mehrerer Befragter eine mangelnde Sichtbarkeit des Gesamtprojektes in der Schule.

Zwar sind alle Zusammenhänge unterschiedlich ausgeprägt, doch kann damit gezeigt werden, dass die Akzeptanz von Teilschritten mit der erlebten Wirkung des Projektes zusammenhängt.

Akzeptanz und berichtete Wirkungen des Projektes

Gesteigertes Wohlbefinden von Beteiligten

Zwischen der Beteiligung an und dem Erleben bestimmter Einzelaktivitäten einerseits und den Auswirkungen des Projektes in der Veränderungsmessung andererseits bestehen signifikante Zusammenhänge von schwacher Effektstärke. Diese sind sowohl in den drei Schulen wie in der Gesamtstichprobe der Schüler/-innen und bei den Lehrerinnen und Lehrern nachweisbar.

Es konnte bereits gezeigt werden, dass die erlebten Wirkungen des Projektes mit der Akzeptanz des Projektes und seinen Teilaktivitäten und der Beteiligung an ihnen zusammenhängen. Hinzu kommt, dass die Akzeptanz von Projekt und Teilaktivitäten auch mit einem gesteigerten Wohlbefinden in der Nachbefragung verbunden ist. Vereinfacht zusammengefasst: Schüler/-innen, die sich im Projekt oder seinen Teilaktivitäten engagiert haben, berichten über größeres Wohlbefinden als andere. Darüber hinaus hat das Projekt weitere Wirkungen erzielt:

Förderung einer gesamtschulischen, partizipativen Organisationskultur

Wahrnehmung der Schule als System

Das Gesamtprojekt stellte sich in den Auskünften der Befragten als nützlich für die Organisationsentwicklung der gesamten Schule dar. Denn das Projekt unterstützte bei allen Gruppen in den Schulen und vor allem den beteiligten Personen eine Perspektive, die Schule als Ganzes wahrzunehmen und zu entwickeln. Die Tatsache, dass Fragen von Gesundheit und Wohlbefinden über einzelne, individuell wichtige Teilaspekte hinausgehen, rückte dadurch stärker in das Bewusstsein der Beteiligten.

Das Projekt lud auch dazu ein, einen Blickwinkel „von außen“ auf die eigene Organisation und ihren Arbeitsalltag einzunehmen (Perspektivenwechsel). Das Projekt unterstützte diese Gesamtperspektive mit einer Ermittlung des Status quo von Gesundheitsförderung durch die Ausgangserhebung und der Erarbeitung schulspezifisch vordringlicher Arbeitsaufgaben zur Förderung des Wohlbefindens aller Schulmitglieder.

Perspektivenwechsel

Das Projekt wurde von allen befragten Gruppen schließlich als wichtig erachtet, weil es die konventionellen Schulstrukturen aufbrach, insbesondere der Partizipation von Schülerinnen und Schülern neue Möglichkeiten öffnete und dadurch Teilhabe an der Organisation unterstützte. Dieser Perspektivenwechsel war bei den befragten Schülerinnen und Schülern am wenigsten ausgeprägt, was durch altersbedingte Faktoren erklärbar ist. Deutlich hingegen berichteten das nicht unterrichtenden Personal, die Schulleitungen und Eltern davon.

Steuerungs-Partizipations-Dilemma

Erweiterung der Kerngruppe für dauerhaften Erfolg

Die Projektdurchführung wurde von einigen Beteiligten aus unterschiedlichen Gründen als wenig motivierend oder als belastend erlebt. Zunächst waren keinerlei gesundheitliche Auswirkungen, Entlastungen oder Veränderungen des Schulalltags erkennbar. Lediglich ein Befragter erlebte das Projekt gänzlich als Entlastung.

Diese Reibungsprobleme haben mehrere Ursachen: Die positiven Effekte werden einerseits vorrangig den Einzelinterventionen zugeschrieben. Die anfangs unklaren Erwartungen an das Projekt gingen mit unrealistisch kurzfristigen oder hohen Erwartungen einher, und da das Projekt mit einem ohnehin aktiven Personenstamm startete, waren viele Aktive mehrfach durch andere Projekte zeitlich eingebunden und erlebten das Tempo des Projektverlaufes als zu gering.

Der Versuch, weitere Aktive für das Projekt zu gewinnen, um die Kerngruppen zu entlasten, den Prinzipien von Partizipation und Empowerment gerecht zu werden und möglichst viele Personen an den Teilschritten zu beteiligen, führte zu neuen kommunikativen Anstrengungen. Beispielsweise erschien die besondere Ermutigung von Passiven durch Anreize einigen Aktiven als ungerecht. So berichteten Schüler/-innen enttäuscht, aus ihrer Schule seien bislang unbeteiligte zur Fachtagung eingeladen worden und hätten Aktiven den Platz weggenommen. Weiter bedeutete Partizipation der „Langsamen“ an einigen Stellen Wartezeiten für die schon länger Engagierten.

Aus diesem Grund wurde die Arbeit im Gesundheitszirkel, trotz einer insgesamt positiven Einschätzung, von einigen Schülerinnen und Schülern und Lehrkräften als streckenweise theoretisch, in sich kreisend und unergiebig kritisiert: Einige Schüler/-innen langweilten sich, einige Lehrer/-innen fanden eine weitere Veranstaltung am Nachmittag zeitlich belastend.

Strukturbildung für Gesundheitsförderung

Gegen Ende des Projektes waren den Beteiligten die Bedeutung und der Nutzen der Gesundheitszirkel deutlich. Damit steht den Schulen jetzt eine Einrichtung zur Verfügung, die handlungsfähig alle Aktivitäten zur Gesundheitsförderung bündeln und weitere entwickeln könnte. Die Arbeit des Gesundheitszirkels war nicht zuletzt deshalb wichtig, weil laufende Aktivitäten gesammelt wurden und dadurch den Schulen verdeutlicht wurde, wie viel sie bereits auf die Beine gestellt hatten. Aus einer Schule berichteten die Befragten, Gesundheit habe dort einen neuen Stellenwert bekommen, weil man nun viel mehr Fragen des Schulalltags unter dem Aspekt der Gesundheit betrachte und etwa das Problem schulischer Belastung für Kinder größere Bedeutung erlangt habe. Allerdings wäre für einen dauerhaften Erfolg die Lösung des Steuerungs-Partizipations-Dilemmas erforderlich, d. h. die Beteiligung von größeren Gruppen von Aktiven an Umsetzungsaufgaben wünschenswert. Die nun gesammelte Projekterfahrung kann aus der Sicht der Befragten zu einem verbesserten Umgang mit künftigen Projekten beitragen.

Veränderungen in den Kernbereichen Stress- und Konfliktbewältigung

Durch die Evaluation gelingt es, Aussagen in einem Vorher-Nachher-Vergleich zu Zieldimensionen schulischer Gesundheitsförderung zu machen. Dabei werden die Ergebnisse in Aussagen von Schülerinnen und Schülern, Lehrkräften und Eltern unterschieden.

Die eigentlichen Wirkungen einer Intervention zeigen sich im Vorher-Nachher-Vergleich von zielbezogenen Indikatoren (Veränderungsmessung). Für das Projekt zeichnen sich Effekte in Richtung der Projektziele ab. Alle beobachteten Veränderungen haben kleine bis mittlere Effektstärken.

Veränderungen bei den Schülerinnen und Schülern am Beispiel Konfliktbewältigung

Eine erste wichtige Zielebene war die Verbesserung gewaltnaher Umgangsformen und des geringen sozialen Zusammenhalts unter den Schülerinnen und Schülern. Die Vergleichswerte der Eingangs- und Abschlussbefragung (T1/T2) zeigen, dass auf dieser Ebene im Rahmen des zweijährigen Projektes signifikante, wenn auch mäßige Verbesserungen erzielt wurden. Die Häufigkeit von „brutalem" Umgang ging zurück, die Bereitschaft zu Kompromissen und verbaler Verständigung und ein Gefühl von Zusammenhalt nahmen zu. Dadurch stieg die mittlere Häufigkeit positiver Gesamtbewertungen von knapp 40 % auf etwa 45 % (Abb. 2).

Als Einschränkung dieser positiven Befunde sind auch negative Veränderungen zu beobachten. Erstens haben etwas weniger Schüler/-innen als in der Erstbefragung das Gefühl, die Klasse ginge fair mit allen um („meine Interessen werden in der Klasse nicht berücksichtigt"). Zweitens ist im Mittel das Gefühl, nicht von allen Lehrern gerecht behandelt oder beachtet zu werden, unter den Schülern/-innen verbreiteter als in der Erstbefragung (Abb.3). Dies korreliert mit einer leicht, aber signifikant gewachsenen Schuldistanz, d.h. die Schüler/-innen geben im Mittel seltener an, gern oder sehr gern zur Schule zu gehen.

Gesundheitliche Risikomuster nahmen unter den Schülerinnen und Schülern sowohl in der Gesamtstichprobe als auch an allen drei Schulen signifikant zu. Auf der wichtigen Zielebene der Gewaltprävention ist eine leichte Zunahme des Verhaltensmusters „etwas kaputt machen" zu verzeichnen. Hinsichtlich gesundheitlicher Risiken stieg die berichtete Neigung, viel zu essen, von etwa 8 % auf etwa 12 % signifikant an. Einzig das Muster Essstörungen („fast nichts essen") war rückläufig. Deutlich gestiegen von ca. 2 % auf ca. 12 % ist hingegen der Tabakkonsum. Auch hier ist die Effektstärke infolge breiter Streuung gering.

Zunahme konstruktiver Bewältigungsformen

Bei den leichten Verschlechterungen ergeben sich kleine Unterschiede zwischen den Schulen; so verbesserte sich – anders als in der Gesamtstichprobe der Schüler/-innen – das Item „Lehrer behandeln mich gerecht" an der Schule Steinadler Weg leicht (kleine Effektstärke). Doch war das Gesamtbild mittlerer Verbesserungen im Klassenklima bei leichten Verschlechterungen der wahrgenommenen Behandlung durch die Lehrkräfte und deutlicher Zunahme des Rauchens in den drei Schulen der Nachbefragung ähnlich.

Zur Interpretation dieser Beobachtungen ist heranzuziehen, dass für diese Items der Eingangsbefragung als Referenz- oder Normwerte nur die Prävalenzschätzungen für Essstörungen, Adipositas und Tabakkonsum verfügbar sind (Goldapp & Mann 2004; Hanewinkel & Wiborg 2002; Hurrelmann, Klaus, 2002; Hurrelmann, K. et al. 2003; Ihle & Esser, 2002; Langness, Richter & Hurrelmann 2005; Müller & Danielzik 2005; Schubert et al. 2004).

Alterseffekt bei der Zunahme von Risikoverhalten

Sie belegen, dass in den Jahrgängen der hier untersuchten Schüler/-innen mit einer Zunahme entsprechender Belastungen im beobachteten Umfang zu rechnen ist; insbesondere liegt hier das Einstiegsalter ins Rauchen. Die Zunahme der Risikomuster ist daher als Alterseffekt zu betrachten. Das Gleiche

Abb.2: Veränderungen im Klassenklima aus Sicht der Schüler/-innen

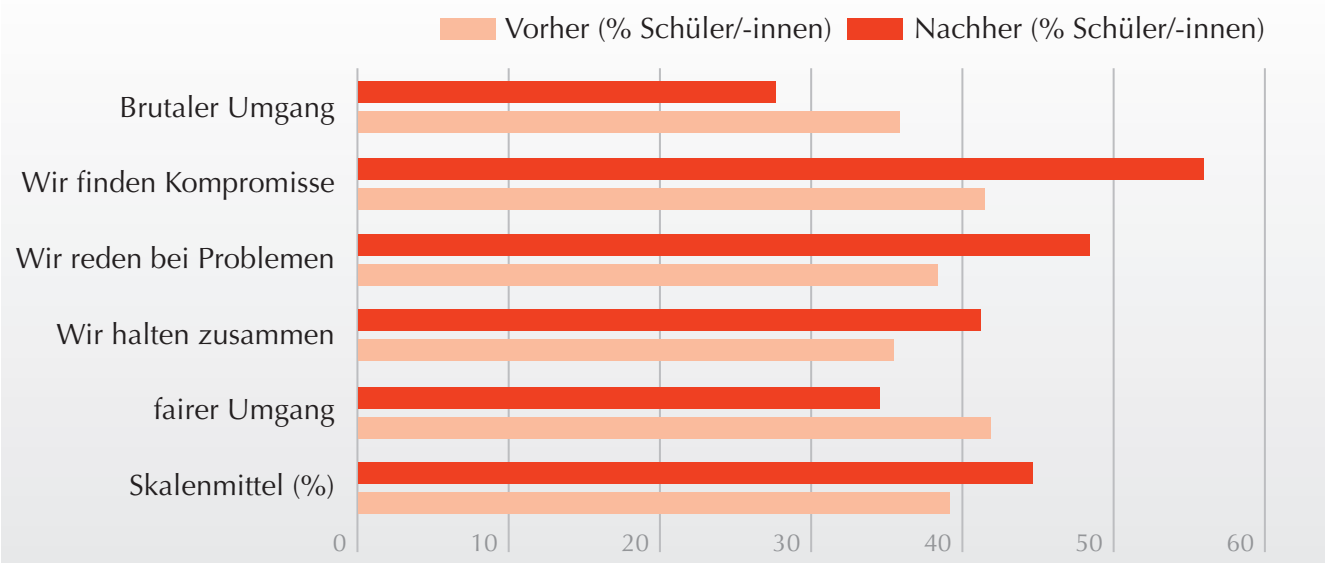
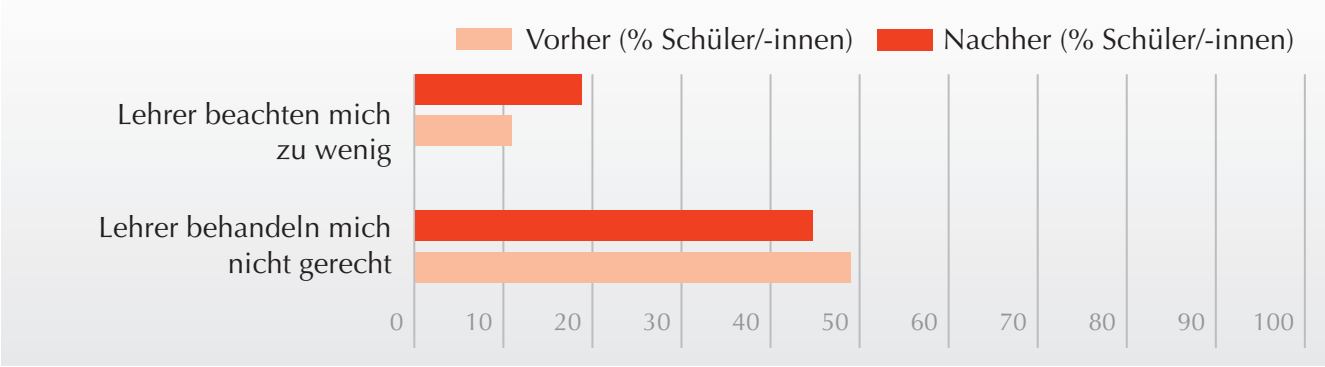


Abb. 3: Veränderungen im Schüler-Lehrer-Verhältnis aus Sicht der Schüler/-innen



kann für die leichte Verschlechterung im Verhältnis zu den Lehrerinnen und Lehrern angenommen werden, weil mit wachsendem Alter und eintretender Adoleszenz ein zunehmender Wunsch einhergeht, als gleichwertiger Kommunikationspartner behandelt zu werden (Oerter & Montada 2002). Alternativ könnte das Projekt selbst zu einem kritischeren Blick der Schüler/-innen auf die realen Mitsprachemöglichkeiten an ihrer Schule beigetragen haben (so genannte Aufmerksamkeits- oder Fokussierungseffekte).

Veränderungen bei den Lehrkräften im Bereich der Konfliktprävention und Stressbewältigung

Verbesserte Ausgangsbedingungen

Auch bei den befragten Lehrerinnen und Lehrern ergeben sich signifikante Veränderungen in Richtung der primären Zielebenen des Projektes, Gewalt- und Konfliktprävention, Stressreduktion und Verbesserung des Organisationsklimas. Im Mittel verbessern sich die mittleren Einschätzungen des Schulklimas (Skalenwert), und deutliche und signifikante Ausschläge von schwacher bis mittlerer Effektstärke weisen die berichteten Häufigkeiten von „Streit und Aggression“ sowie von „Bestrafungen und Verweisen“ als Reaktion der Schule auf (Abb. 4).

Die Schulen unterscheiden sich leicht: Die deutlichsten Veränderungen sind an der Geschwister-Scholl-Gesamtschule eingetreten, die geringsten am Steinadler Weg. Das Gymnasium Farmsen liegt etwa in der Mitte, wobei hier eine geringe aber signifikante Verschlechterung in der Einschätzung einer positiven und wertschätzenden Atmosphäre auftritt.

Veränderungen bei den Eltern im Bereich Konfliktbewältigung

Zwar berichten auch die Eltern signifikant häufiger, dass ihrem Eindruck nach Streit und Aggressionen an der Schule ihres Kindes abgenommen haben, dass die Schule seltener mit Bestrafungen und Verweisen agiert und dass sich im Skalenmittelwert das Organisationsklima verbessert hat. Doch ist die Effektstärke dieser Verbesserung niedrig und nur für das erstgenannte Item überzufällig deutlich. Hingegen trat eine Reihe von zwar sehr schwachen, aber signifikanten Verschlechterungen ein: Das Miteinander in der Schule, der Schulalltag, die Integration von Problemkindern, der Kontakt der Eltern zur Schule und die Transparenz der schulischen Entscheidungsprozesse erhalten leicht verschlechterte Beurteilungen. Dieses Bild ist bei allen drei Schulen der Abschlussbefragung homogen.

Für diese Werte stehen keine Vergleichsdaten zur Verfügung. Sie können nur anhand der Skalen selbst interpretiert werden. Dabei ist zu beachten, dass die Zufriedenheit der Eltern mit den Schulen sich bei der Eingangserhebung durchgehend im höchsten Skalenquartil bewegte und die Effekte daher eine Regression zum Mittelwert (d. h. statistischer Effekt bei Wiederholungsmessungen) wiedergeben können. Sie sind infolge der durchgehend sehr niedrigen Effektstärken kaum zu interpretieren. Eine Verschlechterung des Schulklimas durch das Projekt ist nicht plausibel, zumal das Item „Streit und Aggressionen“ bei allen drei Gruppen gleich positive Effekte aufzeigt. Andererseits ist es dem Projekt auch nicht gelungen, das Verhältnis der Eltern zur Schule zu verbessern.

Künftige wichtige Themen aus Sicht der Schüler/-innen

In der Abschlussbefragung konnten die Schüler/-innen auch künftig gewünschte Themen für Gesundheitsaktivitäten an ihrer Schule angeben (offene Frage; N = 318). Diese Daten haben Aussagekraft in drei Richtungen:

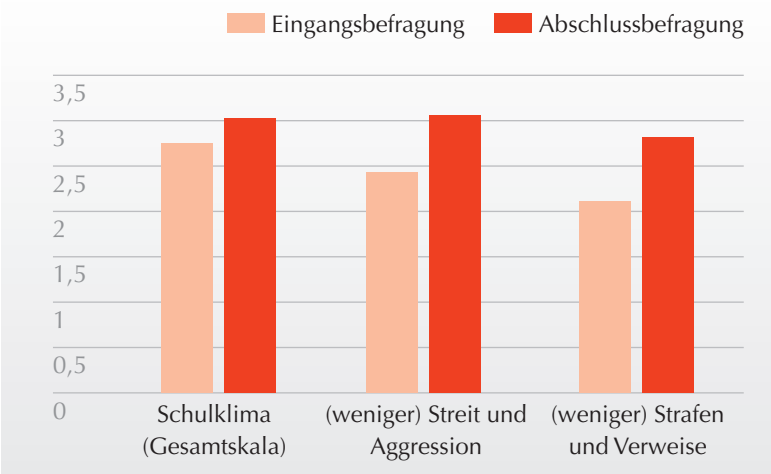
1. Aus den Nennungen gehen Interessenfelder für die weitere Arbeit an den Schulen hervor. Deutlich werden fünf vorrangige Themenfelder (Abb. 5):

- Ernährung
- Gewaltprävention und Konfliktverhalten – d. h. Umgang mit Gewalt, Selbstbewusstsein und Selbstverteidigung, Umgang der Schüler/-innen untereinander
- Schulkultur und Partizipation – d. h. Umgang der Schüler/-innen mit den Lehrerinnen und Lehrern, Leistungsdruck
- Sexualität
- Suchtprävention – d.h. Tabak, Drogen, Alkohol

2. Die Nennungen zeigen, in welchem Umfang Gesundheitsfragen insgesamt als interessant und wichtig erlebt werden. Der hohe Anteil von Antwortenden und die hohe Zahl von gewählten Themen belegen, dass die Schüler/-innen Gesundheit als ein wichtiges und interessantes Themenfeld erleben, also nicht als langweilig oder belanglos.

3. Die Rangfolge und Menge der Wünsche zu bestimmten Gesundheits- oder Alltagsfragen zeigt, wo noch Belastungen oder Entwicklungsbedarf erlebt werden. Nach wie vor sind Gewalt und Konflikte aus Sicht der Schüler/innen ein vorrangiges Anliegen (41 % Gewalt, je ein Drittel Selbstverteidigung sowie Selbstbewusstsein, also Durchsetzungs- und Abgrenzungskompetenz). Die primäre Zielsetzung des Projektes ist somit nicht „abgearbeitet “, sondern weiterhin eine Frage gesunder Alltagsgestaltung für die Schüler/-innen.

Abb. 4: Verbesserungen im Organisationsklima aus der Sicht des Schulpersonals



4.6 Gesamtwirkungen

Abschließend haben die Evaluatorinnen und Evaluatoren die Gesamtwirkungen des Projektes in verschiedene Themenbereiche untergliedert, die hier dargestellt werden.

Diese reichen von organisatorischen Anforderungen an Transparenz, dem Ausgleichen von unterschiedlichen Interessenlagen und Erwartungen und Kommunikationsstrukturen über die Gestaltung der Projektphasen und daran gekoppelte Anforderungen bis hin zu Fragen der Verstetigung und dafür erforderlichen Handlungsräumen.

Klärungsbedürftige divergierende Erwartungen und Herstellung von Transparenz

Die Befragten berichteten in diesem Zusammenhang von verschiedenen Schwierigkeiten einer Abstimmung der Projektziele mit den Vorstellungen der Zielgruppen. Wichtige Handlungsmöglichkeiten des Projektes seien nicht allen Beteiligten von Beginn an völlig transparent gewesen. Dies wiederum hat nach Ansicht der Befragten den Abgleich zwischen Teilschritten und den Erwartungen der Schulen erschwert und zu Divergenzen zwischen der Projektleitung und Wünschen einzelner Gruppen an den Schulen geführt. Diese Schwierigkeiten spiegeln teilweise auch Interessenkonflikte zwischen Zielgruppen, in denen das Projekt vermitteln musste (z. B. Rückzugs- und Ruhebedürfnis der Lehrkräfte vs. Kontaktwünsche der Schüler/-innen). Sie spiegeln ebenso allgemeine Unklarheiten des Organisationsverhaltens (Lehrkräfte berichten, für vielerlei Projekte finde sich im Kollegium immer Zustimmung, diese bleibe aber unverbindlich) und bestimmter Hoffnungen (einige Beteiligte fanden das Thema höchst wichtig, andere hatten eine Art Konsumhaltung und erwarteten eingangs erhebliche finanzielle Leistungen des Projektes für die Schulen). Solche Erwartungslagen und Anteile der Organisationskultur hätten aus der Sicht einiger Befragter zu Projektbeginn proaktiv geklärt werden müssen.

Interessenkonflikte zwischen Zielgruppen

Die Herstellung von Transparenz ist ein entscheidender Faktor für die Motivation der Beteiligten, die Akzeptanz des Projektes an der Schule und den störungsfreien Verlauf des Projektes.

Sie bedeutet die Verdeutlichung der Handlungsmöglichkeiten und -grenzen des Projektes. Dazu gehören für die Befragten die finanzielle Ausstattung des Projektes und Zweckgebundenheit dieser Mittel ebenso wie die Darstellung von verfügbaren Kontakten und anderen Unterstützungsmöglichkeiten, die das Projekt bieten kann.

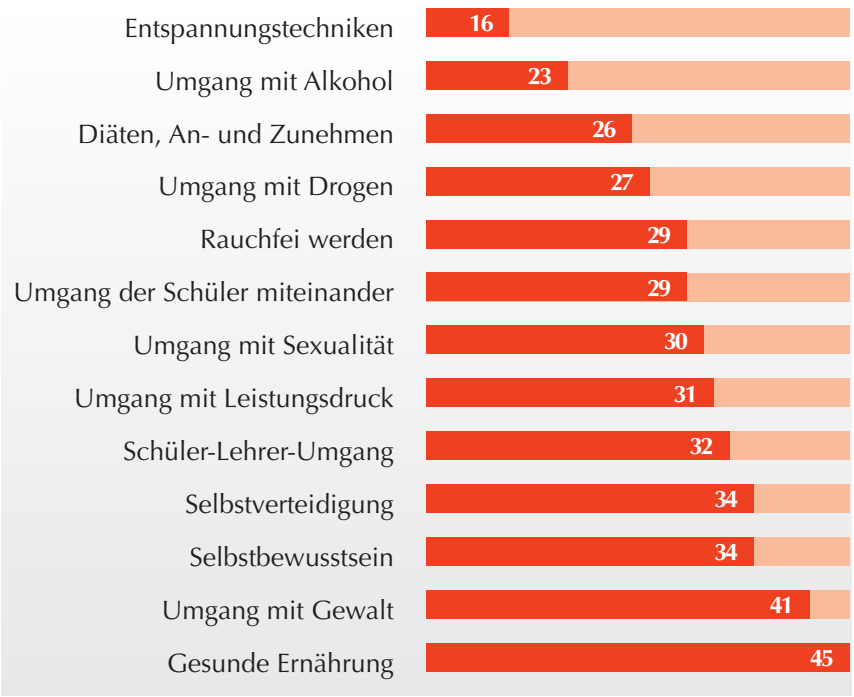


Abb. 5: Künftig gewünschte Gesundheitsthemen (% Schüler/-innen in Abschlussbefragung

Herstellung von Transparenz

Die Herstellung von Transparenz bedeutet im Verlauf des Projektes, dass alle Gruppen Klarheit gewinnen über das Projektgeschehen in den Schulen. So bestanden Erwartungen zur unmittelbaren Rückmeldung von Ergebnissen in den Schulen. Diese Klarheit muss mit erheblichem Aufwand in der Projektdurchführung für alle Gruppen immer wieder durch die Kommunikation zwischen Projekt und Schule, durch Informationsweitergabe von Beteiligten an Passive und top-down über Schulleitung und Konferenzen hergestellt werden.

Genaue Abstimmung der Projektinhalte (Passung) ist elementar wichtig

Sie bedeutet eine möglichst genaue Abstimmung von Projektinhalten mit den Erwartungen, Bedürfnissen und Möglichkeiten der einzelnen Schulen. Dazu ist es in der Anfangsphase eines Projektes wichtig, dass das Projekt die Schule mit ihren Organisationsstrukturen kennen lernt und die Ziele ermittelt. Die durchgeführte Eingangsbefragung war dafür nicht ausreichend.

Unterschiedliche Anforderungen der Projektphasen

Das Projekt war in die drei Phasen Einstieg, Umsetzung und Verankerung gegliedert, aus denen unterschiedliche Erwartungen der Beteiligten sowie verschiedene Aufgaben für das Projekt und die Akteure entstehen.

In die Einstiegsphase fallen das Kennenlernen des Projektes und seiner Möglichkeiten, die Zielbestimmung und Planung. Die mittlere Umsetzungsphase umfasst die Durchführung und Analyse von Einzelinterventionen. Die Verankerungsphase vollzieht die Bilanzierung, Strukturbildung und Qualifikation der Schulen zur Verstetigung.

Dem Steuerungsinstrument Gesundheitszirkel kommt in allen drei Phasen eine zentrale Funktion zur Vermittlung von Grundlagen und zur Koordination des Projektablaufs zu.

Schwierig ist die optimale Gestaltung der Einstiegsphase. Die Bekanntmachung des Projektes, die Verankerung und Strukturbildung, seine Akzeptanz und Motivation stehen neben der Prioritätenplanung im Vordergrund. Ein Weg dazu ist die Formulierung konkreter Ziele, die das Projekt erreichen soll, da die Schulen bzw. Gruppen anhand dieser ihre Bedürfnisse, ihren Handlungsbedarf und die Möglichkeiten des gemeinsamen Vorgehens besser abschätzen können. Die Transparenz bezüglich Unterstützungsmöglichkeiten und Grenzen des Projektes schafft fälschlich überhöhte Erwartungen (etwa hinsichtlich finanzieller Zusatzmittel) aus der Welt. Anfangs können daher besonders gut greifbare, sichtbare und rasch erfolgreiche Teilvorhaben geeignet sein, die von einem eher kleinen, aber handlungsfähigen Personenkreis umgesetzt werden.

In der Umsetzungsphase stehen die Auswahl und effiziente, breite Durchführung geeigneter Teilaktivitäten im Vordergrund. Die Partizipation wird schrittweise durch Strukturbildung und Teilaktivitäten breiter. Kosten-Nutzen-Aspekte sind zwar immer noch wichtig, aber das Projekt steht unter geringerem Druck, seine Erfolgsaussichten zu beweisen. Die Analysen der umgesetzten Teilschritte und eine offene Kommunikation über Ergebnisse und Störungen helfen, effiziente Module und Verbesserungsmöglichkeiten zu erkennen.

Die Verankerungsphase in der dritten Phase des Projektes richtet ihren Blick auf einen guten Abschluss des Projektes, auf seine Bilanz und auf die Bedingungen zur Verstetigung der erfolgreichen Elemente.

Eingeübte, gruppenübergreifende Kommunikationsnetze und Arbeitsstrukturen

Kommunikationsnetze und Arbeitsstrukturen können die Bekanntheit, die Transparenz und die Abstimmung der Inhalte (Passung) des Projektes und

der Teilaktivitäten sowie die wachsende Bereitschaft aller Gruppen zu Beteiligung und Mitarbeit sicherstellen. Darüber hinaus sorgen sie für effizientes Arbeiten und eine erfolgreiche Umsetzung. Nützlich kann dafür neben dem Gesundheitszirkel die Einbindung der Klassenlehrer/-innen der am Projekt beteiligten Klassenstufen sein. Diese können die Projektinhalte aufgreifen und fortführen. Auch die Benennung von Verantwortlichen für Einzelaufgaben und deren Koordination an der Schule unterstützt die erfolgreiche Umsetzung.

Damit stellt das Projekt hohe Anforderungen an die Schulen, so dass die „eigentliche" Arbeit an Prävention und Gesundheitsförderung langsamer vorankommt. Diese Anforderungen müssen für die Schulen deutlich sein, damit geplant werden kann, ob und wie sie sich darauf einstellen.

Präzise Teilnahmevoraussetzungen

Da externe Präventionsfachkräfte die vielschichtigen Ausgangsbedingungen in der komplexen Organisation Schule schwer abschätzen können (und sie auch den Schulen nicht unbedingt bewusst sein müssen), hätte eine umfassende Organisationsdiagnostik in der Eingangsphase einen hohen Wert für die Orientierung aller Beteiligten. Für diese Aufgabe gibt es bislang wenig allgemein anerkannte Instrumente. Solange Schulen in Prävention und Gesundheitsförderung noch nicht ausreichend Handlungskapazitäten und Kompetenzen entwickelt haben, so dass sie aktiv Schritte auswählen und umsetzen, Mittel einwerben und Erfolge beobachten, bleiben vielfältige Aufgaben in der Hand externer Akteure. Dazu gehört beispielsweise, die Eingangsbedingungen zu prüfen, die ersten aussichtsreichen Teilaktivitäten anzubieten und die Schulen zu Entscheidungen zu ermutigen, inwieweit Gesundheitsthemen zum aktuellen Profil der Schule passen und in welchem Umfang sich welche Teilgruppen an diesem Schwerpunktvorhaben beteiligen können.

Handlungsräume und Ressourcen für das Projekt im Schulalltag sicherstellen

Damit das Projekt nicht an mangelnder Beteiligung und Strukturierung scheitert, müssen ausreichend Arbeitskapazitäten für ein solches umfassendes Transformationsvorhaben bereitgestellt werden. Eine Möglichkeit könnte die Vergabe von Funktionsstunden für die Beteiligung bilden, eine weitere das Ansprechen von Projektinhalten auf Konferenzen und im Unterricht, eine dritte die Freistellungen von aktiv Mitwirkenden von anderen Aufgaben. Für Schüler/-innen sind altersadäquate Beteiligungsmöglichkeiten zu entwickeln, so dass ihr Engagement ein Motor für Teilaktivitäten werden kann.

Verstetigung

Einführung kontinuierlicher Strukturen

Ein mittelfristiges Ziel des Vorhabens war die Einführung kontinuierlicher Strukturen zur Gesundheitsförderung. Dafür haben alle beteiligten Schulen Ansätze entwickelt, die auf ihren besonderen Voraussetzungen und Ressourcen aufbauen.

Eine Schule will das Gesundheitsthema des Projektes im Schulmotto verankern. In allen Schulen spielt die dauerhafte Weiterführung des Gesundheitszirkels und seine Einbettung in die anderen laufenden Schulaktivitäten eine zentrale Rolle bei Überlegungen der Verstetigung. Allerdings war in den Befragungen noch unklar, ob sich ausreichend Beteiligte finden, um ein dauerhaft handlungsfähiges und einflussreiches Gremium zu bilden. Der Umfang der Weiterführung der Projektimpulse wird nach Einschätzung einiger Befragter auch davon abhängen, ob weitere finanzielle Mittel bereitgestellt und Anreize für die Aktiven geschaffen werden können. Bei einigen Aktiven besteht zudem der Wunsch nach weiterer Zusammenarbeit mit externen Fachkräften, um die Projektimpulse dauerhaft zu verstetigen.

Eine Verstetigung der Projektimpulse zeichnet sich in den Teilnehmer/innenbefragungen vor allem auf der Ebene einzelner Projektinhalte ab, die durch Umsetzung attraktiver, d. h. unmittelbar ergiebiger Einzelinterventionen fortgeführt werden sollen.

An allen Schulen ist die Verknüpfung mit bestehenden Schulaktivitäten geplant, doch wie diese umgesetzt werden soll, ist nicht immer klar erkennbar.

Der Stand der Verstetigung und Institutionalisierung kann insgesamt durch ein Bild der Unsicherheit charakterisiert werden. Ob die Kapazitäten und Ressourcen der Schule ausreichen, die Impulse des Projektes strukturell dauerhaft zu verankern und fortzuführen, bleibt offen.

Vergabe von Funktionsstunden

Die Ergebnisse

5. Projektergebnisse

Die Gesundheitsfördernde Schule tritt nach Festlegung der WHO für einen multifaktoriellen Ansatz ein, bei dem die Gesundheitskompetenzen und das -wissen im Klassenzimmer vermittelt werden, das soziale und physische Umfeld der Schule verändert wird und darüber hinaus Verbindungen zur Umgebung der Schule geknüpft werden (www.euro.who.int/ENHPS).

Mehr Wohlbefinden. Entwicklung einer kooperativen, partizipativen Schulkultur

Die derzeitigen Erkenntnisse belegen, dass solche Programme am wirkungsvollsten sind, die von längerer Dauer und hoher Intensität geprägt sind und die gesamte Schule einbeziehen. Die besten Ergebnisse haben Programme, die auf die psychische Gesundheit, gesunde Ernährung und körperliche Aktivität abzielen. Interventionen hingegen, die sich nur mit einzelnen Themen befassen und Negativbotschaften vermitteln, sind wenig erfolgreich.

Insgesamt gibt es jedoch nach wie vor wenig klare, mit Daten abgesicherte Ergebnisse über die Anforderungen an einzelne Elemente, die Aussagen über ein wirksames Gesundheitsförderungsprogramm an Schulen zulassen. Dazu wäre eine ganzheitliche Auswertung der Programme erforderlich.

Das Untersuchungsdesign des UKE Hamburg, Institut und Poliklinik für Medizinische Psychologie, hat versucht, diesem gerecht zu werden. Darüber hinaus wurden abschließend Thesen formuliert, die die Leistungserfolge des Projektes belegen. Außerdem wurden Einschränkungen in der Wirksamkeit festgestellt und Konfliktpotenziale innerhalb des Projektes aufgezeigt (Kliche et al, 2006: 36ff.).

5.1 Leistungen aus Sicht der Evaluatorinnen und Evaluatoren

Das Projekt hat in seinen wichtigsten Zielsetzungen positive Veränderungen an den beteiligten Schulen in Richtung von mehr Wohlbefinden und Gesundheit bewirkt und die Entwicklung einer kooperativen, partizipativen Schulkultur unterstützt. Die verschiedenen methodischen Schritte zeigen, dass diese Veränderungen auf die Durchführung des Projektes, die Motivation aller Beteiligten, aber auch auf die damit verbundenen Anstrengungen zurückgehen. Die wichtigsten nachweisbaren Veränderungen sind folgende:

Das Schulklima hat sich leicht, aber signifikant verbessert, und die aktive Teilnahme förderte das Wohlbefinden.

Im Erleben der Schüler/-innen, der Eltern und des Schulpersonals muss die Schule nach dem Projekt weniger Verweise und Bestrafungen einsetzen. Streit

und Aggressionen treten seltener auf, das Gefühl von Zusammenhalt ist gewachsen, die Bereitschaft zu Kompromiss und Gespräch hat deutlich zugenommen. Das Projekt hat auf einen Rückgang eskalierender oder aggressiver Umgangsformen hingewirkt und alternative Fähigkeiten zur Konfliktbearbeitung vermittelt oder gefördert.

Dennoch traten auch negative, nicht beabsichtigte Veränderungen in einzelnen Zieldimensionen ein: Das Schüler-Lehrer-Verhältnis hat sich aus der Sicht der Schüler/-innen verschlechtert (ungerechte Behandlung), sie berichten (ganz leicht) häufiger von Vandalismus, und gesundheitliche Risikomuster insbesondere im Bereich des Tabakkonsums haben bei ihnen zugenommen.

Diese Verschlechterungen sind allerdings gut verständlich als Auswirkung des zunehmenden Alters (Einstiegsalter für das Rauchen) im Laufe des zweijährigen Projektes und der damit verbundenen Erwartung, als gleichrangige Persönlichkeit ernst genommen zu werden.

Das Projekt war nicht dafür gedacht und konzipiert, gezielt einzelne gesundheitliche Probleme (Indikationen) zu bearbeiten. Die Verschlechterungen im erlebten Kontakt zu den Lehrerinnen und Lehrern können zudem auf eine Sensibilisierung für das Schulklima durch das Projekt hinweisen. Sie bringen indirekt einen Anstieg im Wunsch nach sozialer Unterstützung durch wichtige Personen zum Ausdruck. Die Schulen sollten daher das Prinzip der Partizipation und Verständigung aller Gruppen weiterhin ernst nehmen und die Bedürfnisse der Schüler/-innen berücksichtigen.

Zwischen der Akzeptanz des Projektes und seiner Teilaktivitäten und der berichteten Wirksamkeit bestehen (schwache) Zusammenhänge. Die aktiv am Projekt beteiligten Teilgruppen profitieren mehr als andere. Die Schüler/-innen, die mitgemacht haben, fühlen sich besser. Insbesondere gingen von gelungenen Teilaktivitäten Ermutigung und Erfahrungen von Selbstwirksamkeit aus (Empowerment).

Die positiven Veränderungen des Konfliktverhaltens und der Schulkultur werden aus allen drei befragten Gruppen berichtet (Schüler/-innen, Eltern, Lehrrkräfte). Die größte Zufriedenheit mit der Projektgestaltung und die höchste Wirkungserwartung zeigte sich bei den Lehrkräften, gefolgt von Eltern, also bei den Erwachsenen.

Das Projekt hat einen hohen Bekanntheitsgrad des Gesamtvorhabens und der Einzelschritte erreicht und Ansätze zur Strukturbildung und Verstetigung für Gesundheitsförderung an allen Schulen geschaffen.

Gesundheit ist als interessantes künftiges Themenfeld bei den Schülerinnen und Schülern verankert. Erfahrungen mit Befragungen zu Wohlbefinden, Bedürfnissen und Wünschen sowie weitergeführte Teilprojekte zeigen, in welchen Bereichen sich die jeweilige Schule weiter entwickeln könnte. Damit sind gute Voraussetzungen für die Weiterentwicklung dieser Schulen zu gesundheitsfördernden Schulen geschaffen.

Die Einrichtung und die Arbeitserfahrungen mit dem Gesundheitszirkel sind wichtige Schritte zur Verankerung von Gesundheit als Leitthema der Schule.

Das Projekt hat einen Perspektivenwechsel bei den Beteiligten aller Gruppen unterstützt, die eigene Schule als eine für Gesundheit und Wohlbefinden wichtige, zusammenhängende Lebenswelt zu verstehen.

Die Arbeit im Gesundheitszirkel und die Beteiligung an Einzelaktivitäten haben es den Beteiligten ermöglicht, ermutigende Erfahrungen mit Projektarbeit (z. B. Befragungen, Auswahl aussichtsreicher Schritte, Umsetzung, Auswertung) und der aktiven, konkreten und erfolgreichen Selbstgestaltung der Lebenswelt Schule zu sammeln. Insbesondere für die Schüler/-innen ergaben sich neue Möglichkeiten und Erfahrungen von Teilhabe und Verantwortung.

Erfolgreiche Selbstgestaltung der Lebenswelt Schule

Damit wurde das Projekt mit Aufgaben der Organisationsentwicklung für die ganze Schule konfrontiert. Für die Durchführung eines solchen Projektes sind handlungsfähige Kommunikationsnetze und Entscheidungsgremien in einer Organisation erforderlich, die alle wichtigen Zielgruppen erreichen und einbinden. Die Partizipation aller Gruppen ist dafür ein wichtiger Erfolgsfaktor. Wenn eine Schule erst dabei ist, solche Netze auszubauen, oder das Projekt nicht von Beginn an in den Netzen selbst verankert war, dann ist ein erheblicher kommunikativer und zeitlicher Aufwand erforderlich, um ein solches Projekt umzusetzen.

Partizipation als Erfolgsfaktor

Nicht alle beteiligten Schulen verfügten eingangs über gut eingespielte informelle Kommunikationsnetze und handlungsfähige Kooperationsstrukturen, auf die ein Gesundheitszirkel sich stützen konnte, bzw. teilweise waren diese Netze durch andere Vorhaben und Aufgaben absorbiert. Zudem hatten Teile der schulischen Gruppen stark ausgeprägte Output-Erwartungen, u. a. hinsichtlich rascher, effizienter, leicht greifbarer Ergebnisse und erheblicher, recht frei verfügbarer Mittel. Dadurch geriet das Projekt eingangs des Öfteren in Schwierigkeiten, für die aber aufgrund der gesammelten Erfahrungen nun leichter Lösungen gefunden werden können.

Erhöhter Bedarf an Prävention und Gesundheitsförderung

Insgesamt zeigte sich im Projekt „Spannende Schule – entspanntes Miteinander“ eine erfreuliche Gesamtleistung. Die Befunde der Verankerungsmessung in den Schulen belegen, dass die Belastungen der Modellschulen über den bundesweiten Vergleichswerten liegen. Damit zeigt sich, dass eine gute Auswahl von Schulen getroffen wurde und in ihnen nach wie vor ein überdurchschnittlicher Bedarf an Prävention und Gesundheitsförderung zu vermuten ist. Die Abschlussbefragung zeigte auch, dass die wichtigsten Zielebenen des Projektes (Stressreduktion und Konfliktprävention) nach wie vor zentrale Themen bilden.

Einschränkungen der Wirksamkeit und Konfliktpotenziale im Projekt

Neben diesen Erfolgen und positiven Wirkungen des Projektes zeigten sich in den evaluierten Befunden jedoch auch Einschränkungen der Wirksamkeit, Hürden und Konfliktpotenziale im Projektverlauf:

Die positiven Effekte sind gering oder schwach bis mittelgroß, viele Indikatoren haben nicht erkennbar oder signifikant reagiert. Die Beurteilung des Projektes und seiner Wirkungen durch die Befragten in der direkten Veränderungsmessung liegen im mittleren Skalenbereich. Auch bei den Interviews von Expertinnen und Experten aus den beteiligten Schulen wurde eine Skepsis hinsichtlich der Ausprägung und Dauerhaftigkeit der Wirkungen deutlich. Die Wirksamkeit vieler Einzelaktivitäten ist nicht gesichert. Einige genießen hohe Akzeptanz und können der Bekanntheit und Popularität des Projektes nützen (Schuldisco oder -fest), werden aber für relativ unwirksam gehalten, andere sind nicht für alle Zielgruppen wirksam.

Gewinnung einer Kerngruppe

Für das Projekt wurde vor allem eine Kerngruppe von Personen gewonnen, die für die Projektangebote zugänglich und aufgeschlossen waren und davon auch profitierten, wie die Korrelationen von Projektakzeptanz und Wohlbefinden aufzeigt.

Durch dieses Ausgehen von einer Kerngruppe sollte zunächst ein arbeitsfähiger Gesundheitszirkel in Gang gesetzt werden, um später weitere Beteiligte zu gewinnen. Doch die Erfahrungen zeigten, dass nicht angenommen werden kann, dass sich alle Mitglieder der Zielgruppen in gleichem Umfang für Gesundheitsthemen gewinnen lassen. Die in der Abschlussbefragung halbierte Rücklaufquote weist darauf hin, dass nicht bei allen Beteiligten ein hohes Interesse am Projekt gesichert ist. Zugleich werden mit wachsender Leistungsfähigkeit des Gesundheitszirkels auch Konflikte zwischen und innerhalb der Zielgruppen deutlicher.

Damit stellt sich die „Trittbrettfahrer-Frage“. Innerhalb der Teilgruppen sind die Aktiven die Pioniere für die Passiven. Diese ungleiche Beteiligung kann sogar Teilinterventionen untergraben und so ihren Erfolg verhindern. So wurde die bei den Schülerinnen und Schülern sehr gut bewertete Klassenarbeitsterminplanung nur langsam und nur von einigen Lehrkräften akzeptiert und zum Befragungszeitpunkt immer noch unterlaufen.

Interessenkonflikte zwischen verschiedenen Gruppen

Auch können Konflikte zwischen Gruppen auftreten, wenn Wohlbefinden für die einen Einschränkungen für die anderen bedeutet. Deutlich wurde das am Beispiel der Schließung des Lehrerzimmers oder der Stillarbeitsphasen im Schulbüro: Vom Schulpersonal sehr begrüßt, führten sie bei den Schülerinnen und Schülern zum Gefühl von Ausschluss und Enttäuschung.

Zur angemessenen Bearbeitung beider Fragen (Verteilungsfragen) sind nach den vorgelegten Befunden folgende Faktoren sehr wichtig: Transparenz aller Schritte, der Handlungsmöglichkeiten (z. B. Ausweichzeiten) und der Konsequenzen für alle Beteiligten sowie die Anpassung an die besonderen örtlichen Bedingungen, vor allem durch Partizipation.

Schwere Steuerung von Einzelaktivitäten

Einzelaktivitäten sind wichtig, aber schwer zu steuern. Sie sind erforderlich, um viele Teile der Zielgruppen mit unterschiedlichen Angeboten, Arbeitsformen und Bedürfnissen zu erreichen. Einige hätten aus Sicht der Befragten in der Durchführung optimiert werden können. Ihre Auswahl und Wirkungsabschätzung ist aber schwierig. Anfangs muss die Auswahl von Teilinterventionen auch unter Gesichtspunkten zeitlichen Aufwands und rascher, greifbarer Teilerfolge vorgenommen werden, um weitere Teilnehmer/-innen für das Projekt zu begeistern.

Eine breite Palette von Teilinterventionen ist auch wichtig zur Ansprache von sonst desinteressierten oder entmutigten Teilgruppen. Zugleich kosten sie Zeit und Energie. Daher ist nicht allein die Umsetzung von „Star"-Programmen wichtig, sondern eine Palette verschiedener, auch kurzfristig attraktiver Angebote, die auf die besonderen Bedingungen der Schule zugeschnitten ist. Dafür sind zeitnahe Sondierungen bei den Zielgruppen und eine gezielte Auswahl besonders geeigneter Maßnahmen sowie begleitend Akzeptanz- und Wirkungsbeobachtungen sinnvoll. Es ist beim jetzigen Stand der Verstetigung unsicher, ob die Schulen diese Aufgaben von sich aus vollständig übernehmen können.

Manche Teilaktivitäten wirkten wie ein Aha-Erlebnis für die Zielgruppen. Kommt zum Beispiel eine Schulhofgestaltung in Gang, so kann das wie ein gut sichtbares Signal für die Nützlichkeit des Projektes wirken und weitere Beteiligte gewinnen.

Andere Teilaktivitäten hatten eine Reihe begleitender (generischer) Wirkungen in die gewünschte Richtung.

Gesundheitsfördernde Schritte zugunsten einer Gruppe wie z. B. Stressreduktion für Mitarbeiter/-innen der Schule können also – wie bereits dargestellt – von anderen Beteiligten, auch wenn sie notwendig sind, als Einschränkung erlebt werden. Die Auswahl und Gestaltung geeigneter Schritte ist daher eine anspruchsvolle Aufgabe. Darüber hinaus zeigte sich in den Befunden, dass einzelne, unzureichend umgesetzte Schritte bereits erheblichen Einfluss auf das Gesamturteil einer Gruppe gewinnen können.

Zuschnitt auf drei Jahrgangsstufen

Da die Akzeptanz für die erlebten Wirkungen bei allen Beteiligten wichtig war und der Gesundheitszirkel Vorhaben und Anliegen aller Gruppen in der Schule bearbeiten musste, führte die Beschränkung auf drei Klassenstufen in der Lebenswelt Schule zu Einschränkungen in der Dosis, Sichtbarkeit und Wichtigkeit des Projektes, obwohl wesentliche Aufgaben der Eingangsphase dadurch nicht leichter wurden.

5.2 Konsequenzen für die Zukunft

Arbeitsintensive und anspruchsvolle Umsetzung

Die Evaluatorinnen und Evaluatoren haben in ihrem Bericht nach der Zusammenstellung der Ergebnisse Aussagen über die Zukunftsaufgaben der Weiterarbeit dieser Schulen im Bereich der Gesundheitsförderung gewagt.

Aus ihrer Sicht (Kliche et al. 2006: 42ff.) sind praktische Empfehlungen an eine vielschichtige Organisation wie eine Schule von außen nur vorsichtig möglich. Zudem zielt gesundheitsfördernde Schule auf die Einführung schuleigener Verfahren zur Bestimmung und Erreichung der vorrangigen eigenen Gesundheitsziele.

Der Stand der Verstetigung an den Schulen ist von einer gewissen Unsicherheit über weitere Schritte mit und in Prävention und Gesundheitsförderung bestimmt.

Dies drückt sich in den Wünschen nach weiterer externer Unterstützung, nach Ressourcen und finanziellen Zuwendungen und in der Einsicht über ungleiche Beteiligung der Gruppen und Teilgruppen an den Schulen aus. Eine Weiterführung wird vor allem auf der Ebene spezifischer Gesundheitsthemen angestrebt. Wichtig in diesem Stadium der Ungewissheit sind folgende Ergebnisse der Evaluation:

Gesundheitsförderung als Prozess

Kontinuierliche Arbeit an Zielen

Gesundheitsförderung wirkt, aber nicht von heute auf morgen. Die angestrebte Entwicklung der gesamten Organisationskultur ist – wie jedes Vorhaben des Change Managements in vergleichbaren Großunternehmen – schwierig und höchst anspruchsvoll. Erfolge und Wirkungen stellen sich nur schrittweise ein; sie sind aber erreichbar, wie die Veränderungsmessungen belegen. Die Schulen sollten den Projektverlauf als einen Schritt eines langfristigen Entwicklungsprozesses sehen, die bereits erzielten Erfolge ernst nehmen und mit kontinuierlicher Arbeit an ihren Zielen festhalten.

Die Teilnehmer/-innen sind durch die Projekterfahrungen zu Expertinnen und Experten der

Gesundheitsförderung und der Schulentwicklung in ihrem Haus geworden oder auf dem Weg dahin. Künftig wird den Schulen die Wahl und Umsetzung der Umgestaltungsschritte leichter fallen, und sie werden mit weniger Einsatz mehr Wirkungen erreichen.

Dennoch sind mit dem Ziel, Gesundheitsförderung an den Schulen als Gesamtvorhaben präsent zu machen, erhebliche Anstrengungen verbunden. In der Regel wurden alle positiven Effekte eher den vielen Teilaktivitäten als dem Gesamtprojekt zugeschrieben. Zur Lösung ist wichtig, ob und wie künftig Gesundheit als gemeinsames Anliegen in den Schulen dauerhaft präsent bleibt.

Hohe Ansprüche und Erwartungen

Mit den ersten Veränderungen steigen jedoch auch die Ansprüche und Erwartungen von einzelnen oder Teilgruppen. Mehr Partizipation zum Beispiel bedeutet einen höheren Abstimmungsbedarf, bis sich alle schulinternen Abläufe neu eingepegelt haben. Mit höherer Sichtbarkeit und größerem Einfluss eines solchen Projektes ist im Laufe der Weiterentwicklung von Schule auch mit neuen Konflikten zu rechnen. Es immer allen recht machen zu wollen ist ein aussichtsloses Unterfangen, doch haben die Schulen schon Erfahrungen im Umgang mit einem solchen Projekt.

Lösung divergierender Erwartungen

Zur Lösung divergierender Erwartungen der Beteiligten ist wichtig, ob künftig die Erwartungen aller Beteiligten transparent gemacht und integriert werden können. Insbesondere hinsichtlich einer gleichberechtigten Partizipation aller Gruppen, auch der Schüler/-innen (wenigstens an Teilaktivitäten) und in der Kooperation mit externen Partnerinnen und Partnern wird sich zeigen, welche Strategien der Konfliktlösung entwickelt sind.

Vernetzung der aktiven Schulen

Der Wunsch nach weiterer externer Unterstützung zeigt ein bedachtes, realistisches Urteil und die Souveränität, alle verfügbaren Kenntnisse und Kompetenzen für die eigene Organisation nutzbar zu machen. Zu empfehlen sind daher Hilfen für die Bereitstellung externer Reflexionspartner, Beratung, kollegiale Intervision und Vernetzung der aktiven Schulen und die Unterstützung beim Kennenlernen und der Auswahl geeigneter weiterer Teilschritte.

Da die im Projekt aktiven Personen wenigstens teilweise über hohe Bildung verfügen, sind die Möglichkeiten des Internets eine attraktive Informationsquelle und Verständigungsform.

Unterstützende partizipative Organisationskultur

Gesundheitsfördernde Schule braucht eine unterstützende, partizipative Organisationskultur. Soziale Unterstützung ist eine wichtige Quelle von Gesundheit. Sie ermöglicht Arbeitsteilung und dadurch individuelle Arbeitsentlastung aller Beteiligten bei der Umsetzung neuer Gesundheitsgewinne. So gewährleistet Partizipation am besten eine gute, zielgerichtete Abstimmung der wichtigsten Ziele und die Integration aller Bedürfnisse und Erwartungen. Die Schulen müssen in den nächsten Schritten dafür sorgen, die Wegbereiter und Pioniere ihrer Gesundheitsförderung besser zu unterstützen, indem sie Aufgaben gleichmäßiger verteilen.

Verminderung der Arbeitsbelastung einer kleinen Gruppe

In den Kollegien ist ein kollegiales Klima von größter Bedeutung, das in Erfahrungskreisläufen von Vertrauen, Unterstützung, Partizipation, Gemeinsamkeit und Erfolgen an solchen Projekten wachsen kann. Zur Lösung des Steuerungs-Partizipations-Dilemmas (s. 4.1) ist wichtig, ob künftig die Beteiligung vieler Personen an den Aktivitäten zur Verminderung der Arbeitsbelastung des Kernkreises gelingt.

Übernahme von Teilaufgaben durch Schüler/-innen

Alle Schüler/-innen sollten eingebunden und als Partner ernst genommen werden. Sie können dann einen Teil der Arbeitsaufgaben übernehmen und dabei kommunikative und soziale Kompetenzen ausbilden, technische Fertigkeiten wie z. B. Recherche oder Veranstaltungsorganisation. Dafür sind alters- und interessengemäße Formen von Mitentscheidung wichtig. Die Beschränkung des Projektes auf drei Klassenstufen ist zu überdenken.

Der Leitfaden

6. Handlungsleitfaden für die Initiierung eines schulischen Gesundheitsförderungsprozesses

Um anderen Schulen einen Orientierungsrahmen für einen schulischen Entwicklungsprozess zum Thema Gesundheitsförderung zu bieten, haben wir hier Materialien zusammengestellt, die unsere Herangehensweise erläutern und die praktische Durchführung erleichtern. Diese Materialien sind durch die Erfahrungen mit den beteiligten Projektschulen erprobt und lassen sich an die Ausgangsbedingungen jeder Schule anpassen.

Wir haben dabei Fragestellungen aus der Praxis aufgegriffen und uns auch auf Materialien gestützt, die aus außerschulischen Bereichen stammen. Ihre Übertragbarkeit wurde geprüft.

Wie bereits vielfach in dieser Dokumentation erwähnt, war der Gesundheitszirkel das entscheidende Gremium für die Diskussion, Planung und Durchführung von Einzelinterventionen, die zu einer Lösung oder Verbesserung von Gesundheitsproblemen an den Schulen beitragen. Dennoch ist es erforderlich – das belegen auch die Evaluationsergebnisse des Projektes –, dass diese Arbeitsgruppe von anderen schulischen Akteuren unterstützt wird und eine Koordination gewährleistet ist.

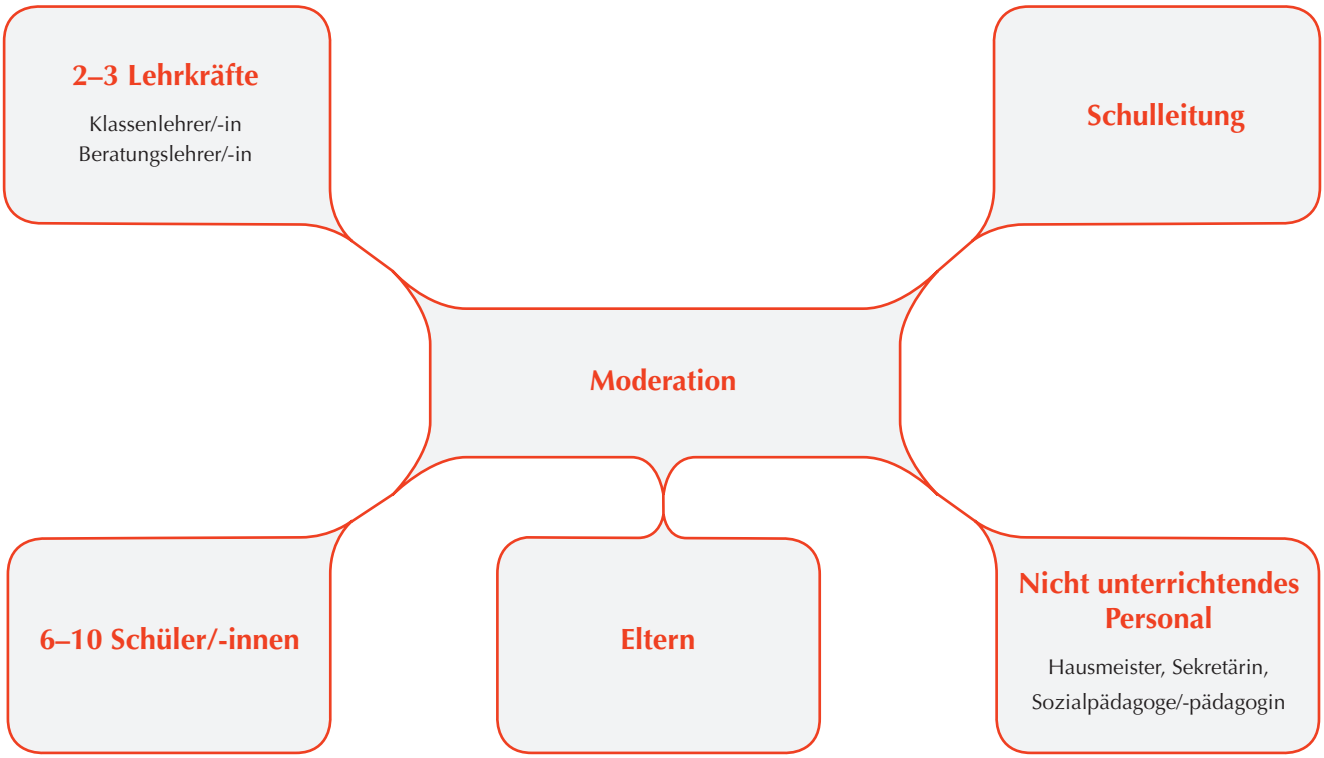
Weiterhin werden wir auf Fragen bezüglich der Auswahl und Gewinnung von Kooperationspartnern eingehen.

Wir haben einen Zyklus in Form einer Checkliste mit sechs Qualitätsschritten entworfen, der von einer Bestandsaufnahme zur Auswertung und Überprüfung des Entwicklungsprozesses eines Projektes führt. Für die einzelnen Schritte wurden jeweils Methoden und Instrumente zusammengestellt.

Welche Aufgaben hat der Gesundheitszirkel?

- Bedarfe erkennen und Lösungen finden
- Beteiligung aller schulischen Gruppen
- Stellvertreterfunktion für die unterschiedlichen schulischen Gruppen
- Gestaltung des Veränderungsprozesses
- Aufbau einer spannenden und interessanten Arbeitsatmosphäre
- Kompetenzerweiterung und Selbstwerterfahrung ermöglichen
- Informationen senden und Ideen empfangen
- Transparenz über Projektvorgehen gewährleisten
- Durch Beteiligung Akzeptanz erreichen und Suche nach besten Veränderungsmöglichkeiten ermöglichen (Vielfalt an Blickwinkeln)

Wie ist der Gesundheitszirkel zusammengesetzt?



Wie erreichen wir, dass es eine möglichst gute Beteiligung bei der Umsetzung der Maßnahmen gibt?

- Vermittlung der Ergebnisse der Ausgangsanalyse
- Erörterung der geplanten Maßnahmen und Zielvorstellungen
- Berücksichtigung personeller, finanzieller und zeitlicher Ressourcen (nicht jedes Vorhaben ist zu jeder Zeit im Schuljahr günstig)
- Klärung von Verantwortlichkeiten (personelle Zuständigkeit für Einzelaufgaben, Einbindung von Schülerinnen und Schülern, Eltern, nicht unterrichtendem Personal, Bestimmung eines Koordinators bzw. einer Koordinatorin
- Bei der Aufgabenverteilung sind Kompetenzen und persönliche Vorlieben zu berücksichtigen. Schwieriges nicht einfach delegieren, sondern versuchen, die am besten geeignete Person für die Aufgabe zu finden
- Transparenz in den Gruppierungen herstellen, z. B. Klassen einbinden
- Kleinschrittige Aufgaben verteilen mit möglichst klaren Arbeitsaufträgen (zur Vermeidung von Unklarheiten und Überforderung)
- Rückmeldungen zu erfolgten Arbeitsaufträgen einfordern
- Gemeinsame Lösungen für auftretende Schwierigkeiten finden
- Berichterstellung in der Lehrer/-innenkonferenz und in Elternratssitzungen über aktuellen Stand der Planung
- Erfolge zeigen und feiern (Ergebnispräsentation, Fest, Schauwand über Projektverlauf, Presseeinladungen etc.)
- Anerkennung aussprechen

Wie kann man die Koordination des Projektes gewährleisten?

- Verantwortliche Leitung absprechen und verbindlich festlegen (kann nach einem festgelegten Zeitraum rotieren), Vertretung bestimmen
- Leitung sorgt für Einladung, Festlegung der Tagesordnung, Protokollvergabe und Moderation
- Klare Arbeitsaufträge erteilen mit einer zeitlichen Vereinbarung zur Umsetzung
- Personelle Zuständigkeiten für Arbeitsschritte festlegen

- Transparenz durch Berichterstattung gewährleisten
- Protokolle verfassen und an alle Beteiligten verteilen, evtl. an andere Arbeitsgruppen zur Kenntnisnahme weiterleiten
- Projektskizze anfertigen und regelmäßig ergänzen (Step 5)
- Berichterstattung als Tagesordnungspunkt auf Lehrer/-innen- und Schulkonferenz und Elternratssitzung verankern
- Informationsweitergabe des Projektverlaufs auf Stellwand oder im Schaukasten
- In regelmäßigen Abständen (z. B. Ende jedes Schulhalbjahrs) Bilanzierung veranlassen
- Schwierigkeiten/Stolpersteine sichten und Behebungen überlegen (z. B. personelle Engpässe, zeitliche Fehlplanungen)
- Gemeinsame Terminvereinbarung
- Weitergabe der Termine an Schulleitung und Schulbüro

Weshalb ist eine Vernetzung mit externen Partnern sinnvoll?

Vernetzungsstruktur

Für die Umsetzung von Einzelinterventionen ist es nützlich, auf ein Netz von Kooperationspartnerinnen und -partnern zurückzugreifen, die bereits in unterschiedlichen Feldern der Prävention, der Bewegungsförderung, der gesunden Ernährung, der Konfliktlösung und Entspannung arbeiten.

Dadurch wird ermöglicht, dass bereits erprobte Konzepte umgesetzt werden, also nicht neu entwickelt werden müssen. Die oft langjährigen Erfahrungen der Partner/-innen fließen in das Projekt ein und garantieren einen hohen Standard.

Bei der Suche nach neuen Kooperationspartnerinnen und -partnern ist zu berücksichtigen, ob diese Erfahrungen in der Zusammenarbeit mit Schulen haben oder ob deren Vorgehensweise an den schulischen Bereich mit seinen Voraussetzungen und Bedarfen angepasst werden kann.

Verantwortliche Ansprechpartner/-innen bei den Kooperationspartnerinnen und -partnern ermöglichen eine reibungslose gemeinsame Umsetzung des Projektes.

Checkliste zur Vorbereitung eines Projektes anhand von sechs Qualitätssteps

Wie ist unsere Ausgangslage an der Schule?

- Welche Problematik gibt es?
- Welche Auswirkungen hat das Problem für die verschiedenen Gruppen in der Schule (Schüler/-innen, Lehrkräfte, Schulleitung, nicht unterrichtendes Personal, Eltern)?
- Welche möglichen Ursachen spielen eine Rolle?
- Welche Bedeutung hat das Problem für Einzelne und Gruppen?
- In welchem Bereich sehen wir dadurch den dringendsten Handlungsbedarf und warum?

Bestandsaufnahme und Ist-Analyse

Was wollen wir erreichen?

- Wie sieht eine Zukunftsvision aus, in der das Problem behoben/verbessert ist?
- Welche dieser Wünsche sind realisierbar?
- Welches ist das Leitziel?
- Worin bestehen Teilziele?

Zielsetzung

Wie können wir unsere Ziele erreichen?

- Welche Ideen für die Erreichung des Zieles gibt es?
- Welche Kompetenzen können genutzt werden (intern, extern)?
- Was tun wir bereits, und worauf können wir aufbauen?
- Wie kann weitere Unterstützung genutzt werden?

Maßnahmenplanung

Für welchen Weg entscheiden wir uns?

- Welche Idee halten wir für umsetzbar (finanzielle, zeitliche und personelle Ressourcen berücksichtigen)?
- Welches ist die beste Lösung?

Lösung wählen

Wie führen wir die gewählte Lösung durch?

- Welche Teilschritte sind für die Umsetzung erforderlich?
- Wer übernimmt welche Aufgabe?

Durchführung

Wann sind unsere Ziele erreicht?

- Woran können wir überprüfen, ob wir unsere Ziele erreicht haben?
- Wie können wir dokumentieren, was wir erreicht bzw. nicht erreicht haben?
- Wie können unsere Erfolge verstetigt werden?

Auswertung/ Überprüfung

Step 1: Wie kann die Ausgangssituation an unserer Schule ermittelt werden?

Zur Ermittlung der Ausgangssituation an Ihrer Schule ist es sinnvoll, alle schulischen Gruppierungen zu beteiligen, um sich ein möglichst umfassendes Bild zu verschaffen (s. Gesundheitszirkel). Dabei ist eine Unterscheidung zwischen der Ermittlung einer generellen Ausgangslage oder einer speziellen Situation hilfreich.

Insbesondere wenn eine Problemlage, die für eine Gruppe große Bedeutung hat, verbessert werden soll, ist es außerdem wichtig, eine große Zahl von Einzelpersonen zu beteiligen.

Aktive Möglichkeiten sind die Beteiligungsspirale, Zukunftswerkstätten und Befragungen mittels Interviews oder Fragebögen. Bitte berücksichtigen Sie den Aufwand und Nutzen, den die Auswertung der Ausgangsanalyse je nach Umfang der Erhebung mit sich bringt, und planen Sie entsprechende personelle Kapazitäten ein

Methoden und Instrumente

Kartenabfrage/Festlegung von Kartengruppen/Oberbegriffe finden
(vgl. Liebald 1998)

Jede Teilnehmerin/jeder Teilnehmer erhält einen Stift und mehrere Moderationskarten, die alle die gleiche Farbe haben sollten, damit nicht einzelne Karten aufgrund ihrer Farbe besonders hervortreten. Der bzw. die Moderator/in schreibt an eine Pinnwand/Wandzeitung die Leitfrage, zu der gearbeitet werden soll.

Themenorientiert: Welche Themen beschäftigen uns besonders?
Problemorientiert: Welche Probleme haben wir?

Die Teilnehmer/-innen haben circa 10 bis 15 Minuten Zeit, ihre Gedanken auf die Karten zu schreiben. Dabei beachten sie folgende Regel: pro Karte ein Gedanke, pro Karte maximal drei Zeilen. Danach hat jede/-r die Gelegenheit, die eigenen Karten den anderen kurz zu erläutern und diese selbst oder von dem bzw. der Moderator/-in an die Pinnwand heften zu lassen. Dabei bietet es sich an, die Karten so weit wie möglich nach so genannten Sinneinheiten zu ordnen. Dies erleichtert die spätere Zusammenstellung der Kartengruppen. Die Zuordnung nach Sinneinheiten erfolgt durch Entscheidung der Gruppe. Der bzw. die Moderator/-in kann durch Vorschläge diese Arbeitsphase unterstützen.

Ausgangssituation ermitteln

Tipp: Sollten die Teilnehmer/-innen sehr viele Karten geschrieben haben oder sollte nur wenig Zeit zur Verfügung stehen, bietet sich die Regel an, dass jede/-r zunächst die wichtigsten drei Karten vorstellt. Nach dem Zusammentragen aller Karten in dieser ersten Runde erhalten die Teilnehmer/-innen die Gelegenheit, in einer zweiten Runde jene Karten nachzutragen, die ihnen zusätzlich besonders wichtig sind.

Nach dem Zusammentragen aller relevanten Karten nimmt die Gruppe durch Überprüfung der Sinneinheiten die endgültige Festlegung der Kartengruppen vor und findet gemeinsam für diese Gruppen eine Überschrift oder einen Oberbegriff.

Themen-/Problemspeicher/Punktabfrage
(vgl. Liebald 1998)

Diese Metaplantechnik ist eine einfache und effektive Visualisierungsmethode. Sie eignet sich für eine Gruppengröße von circa sechs bis zwölf Personen und dient dazu, eine schnelle Bestandsaufnahme von aktuellen Themen bzw. Problemen aus der Sicht aller Beteiligten zu erstellen.

Zeitaufwand: ca. zwei bis vier Stunden (je nach Personenzahl und Themenumfang)

Materialien: Pinnwände, Karten und Stifte für alle Teilnehmer/-innen, Pinnwandnadeln, Klebepunkte

Abfolge:

1. Bestimmung einer Moderatorin/eines Moderators
2. Sammlung der Themen/Probleme per Kartenabfrage und Zusammenstellung der Karten nach Sinneinheiten
3. Thematische Kartengruppen endgültig festlegen, Oberbegriffe für Kartengruppen finden
4. Themen-/Problemspeicher zu den Oberbegriffen erstellen
5. Rangfolge bzw. Prioritätensetzung vornehmen (zum Beispiel per Punktabfrage)
6. Den wichtigsten Punkt für die Präzisierung des Ziels festlegen

Im Anschluss werden die Oberbegriffe auf einer weiteren Pinnwand in den Themen- bzw. Problemspeicher nach dem folgenden Schema übertragen:

Thema	Rangfolge
1.	
2.	
3.	

Der nächste Arbeitsschritt besteht darin, eine Rangfolge nach der Wichtigkeit der Themen/Probleme vorzunehmen. Dies ist durch eine Diskussion und eine gemeinsame Abstimmung möglich.

Eine andere Möglichkeit, die Themen eines Workshops herauszustellen, die von besonderer Bedeutung sind, besteht in der so genannten Punktabfrage. Es gibt die Ein-Punkt-Abfrage, die sich bei wenigen Themennennungen anbietet, oder dann, wenn von jedem eine eindeutige Entscheidung getroffen werden soll.

Eine andere Variante ist die Mehr-Punkt-Abfrage, die sich zu einer Prioritätensetzung eignet, da die als besonders wichtig eingeschätzten Themen mit zwei Punkten versehen werden können. (Pro Themen- bzw. Problemnennung sollten maximal zwei Punkte vergeben werden.)

Bei der Mehr-Punkt-Abfrage ist nach der folgenden Regel zu verfahren: Die Anzahl der Punkte entspricht der Anzahl der Nennungen dividiert durch zwei, wobei gegebenenfalls abgerundet wird.

Beispiele:
6 Themen : 2 = 3 Klebepunkte
5 Themen : 2 = 2,5; abgerundet = 2 Klebepunkte

Die drei Stühle des Walt Disney

Traumstuhl: Visionen, Träume

.....
.....
.....
.....

Kritikstuhl: Kritik, Bedenken

.....
.....
.....
.....

Realisationsstuhl: Lösungsfindung

.....
.....
.....
.....

Drei Stühle bieten drei verschiedene Perspektiven:
Der Traumstuhl zeigt Visionen für den Sollzustand, auf dem Kritikstuhl werden Bedenken gegen den Traumstuhl vorgebracht und vom Realisationsstuhl wird eine brauchbare, realistische Lösung entwickelt.

Drei Mitglieder eines Teams diskutieren auf unterschiedlichen Stühlen über eine zu lösende Aufgabe, der Rest der Gruppe beobachtet das Geschehen.

Die Stühle tragen die Namen „Traumstuhl“ – auf ihm werden Visionen und der Sollzustand entwickelt –, „Kritikstuhl“ – von ihm aus werden Argumente gegen den „Traumstuhl“ vorgebracht – und der „Realisationsstuhl“ – sein Inhaber versucht, eine brauchbare, realistische Lösung aus den Ideen der beiden abzuleiten.

Die Inhaber der Stühle können wechseln, die Rollen dürfen zwischendurch getauscht werden, so dass jeder auch einmal die Rollen der anderen einnehmen kann.

Step 2: Wie können wir unsere Ziele bestimmen und festlegen (Sollzustand)?

Ziele bestimmen

Gemeinsame Ziele zu bestimmen, die von der gesamten Gruppe getragen werden, ist zum einen für eine optimale Erreichbarkeit notwendig. Aber auch, um Transparenz in der Schule herzustellen, sind sie unverzichtbar.

Unternehmungen scheitern oftmals, weil die Ziele nicht klar und ausgesprochen sind und so wenig zielstrebig verfolgt werden können.

Gute Zielformulierung zeichnen sich dadurch aus, dass sie die erwünschten Zuständen klar und fassbar beschreiben. Das Erreichen der Ziele sollte überprüfbar gemacht werden (Indikatoren benennen). Formulieren Sie die Rahmenbedingungen, unter denen das oder die Ziele erreicht werden sollen, bestimmen Sie Termine oder Zeiträume für die Umsetzung.

Legen Sie fest, wann die neue Situation, der veränderte Zustand erreicht sein soll.

Methoden und Instrumente

Raster zur Zielbestimmung
(vgl. Liebald 1998)

Wir wollen, dass ...

Das bedeutet für uns ...

Wir erreichen dies durch ...

Unseren Erfolg messen wir an ...

Unser Ziel ist:

Zielbaum

(vgl. Liebald 1998)

Die Zielbaum-Methode nimmt eine präzise Feindifferenzierung der Ziele einer Organisation bzw. Einrichtung vor. Sie geht dabei von der Vision oder Leitidee aus, die in dem Bild des Baums als Wurzelwerk zu sehen ist, und gliedert diese in Richtziele (Stamm), Grobziele (Äste) und Feinziele (Zweige).

Zusätzlich können auch von der Feinzielebene Aufgaben (Blätter) der einzelnen Mitarbeiter/-innen bzw. Abteilungen abgeleitet werden.

Dieses streng systematische und recht aufwendige Verfahren kann auch zur Präzisierung der Evaluationsziele eingesetzt werden. Es eignet sich jedoch vor allem zur Leitbildentwicklung einer Organisation oder Einrichtung einschließlich der schrittweisen Operationalisierung bis auf die Aufgabenebene.

Eine weitere Möglichkeit besteht in der zielorientierten Arbeitsplanung (zum Beispiel für das folgende Geschäfts- oder Haushaltsjahr). Bei dieser werden die geplanten Arbeitsvorhaben mit den jeweiligen Zielen verglichen, und es können gegebenenfalls Prioritätensetzungen vorgenommen werden.

Einer der Vorteile dieser Methode ist, dass die einzelnen Zielebenen sowohl von oben nach unten als auch von unten nach oben miteinander verglichen werden können. Das macht es einzelnen Mitarbeiterinnen und Mitarbeitern möglich nachzuvollziehen, in welcher Weise ihre Aufgaben- bzw. Tätigkeitsfelder mit den globalen Zielen bzw. der Leitidee ihrer Einrichtung in Zusammenhang stehen. Dies wirkt sich in der Regel positiv auf das Zugehörigkeitsgefühl und die Motivation der Mitarbeiter/-innen aus.

Da dieses Verfahren zeitaufwendig ist, bietet es sich vor allem dann an, wenn (über die Präzisierung der Evaluationsziele hinaus) auch die Corporate Identity der Mitarbeiter/-innen aller Hierarchieebenen gestärkt werden soll.

Zeitaufwand: Je nach Umfang der Ziele und der Mitarbeiteranzahl von einem Tag bis zu mehreren Tagen

Material: Visualisierungsmaterial (Pinnwände, Karten, Nadeln, Stifte, Punkte und anderes)

Abfolge:

1. Vorstellung der Methode, Erläuterung der einzelnen Zielebenen
2. Entwicklung eines Leitbildes
3. Ableitung der einzelnen Zielebenen: Richt-, Grob- und Feinziele
4. Wenn gewünscht: Ableitung der Aufgabenbereiche
5. Auswahl der zu bearbeitenden Ziele

Beschreibung einzelner Arbeitsschritte

Vorstellung der Methode, Erläuterung der einzelnen Zielebenen. Zur Verdeutlichung der Wirkungsweise dieser komplexen Methode bieten sich folgende Erläuterungen an:

Vision/Leitidee: Diese visionäre und zukunftsgerichtete Ebene beschreibt das einigende und motivationsspendende Band aller Mitarbeiter/-innen (auf allen Hierarchieebenen). Es ist in der Regel abstrakt und nicht direkt erreichbar; daher erfolgt eine Konkretisierung nach verschiedenen Zielkategorien.

Richtziele: Diese geben die Zukunftsziele an, auf die langfristig hingewirkt werden soll.

Formulierungshilfe: Unsere Schule will mit ihrer Arbeit dazu beitragen, dass ...

Grobziele: Auf dieser Konkretisierungsebene werden von den Richtzielen zielorientiert Schwerpunkte/Tätigkeitsbereiche abgeleitet, in denen die Organisation/Einrichtung aktiv sein will bzw. bereits ist.

Formulierungshilfe: Unsere Schule organisiert ... bietet an ... betreibt ... unterstützt ... kooperiert ... etc. (Verben mittlerer Abstraktion).

Feinziele: Auf dieser Ebene erfolgt dann eine konkrete Auflistung von Aktivitäten, Angeboten usw., die unmittelbar oder in naher Zukunft angestrebt werden. (Zur Unterstreichung der Wichtigkeit oder Beschaffenheit einzelner Aktivitäten können Adjektive benutzt werden – Beispiele: Unsere Schule betreibt energisch ..., unterstützt kraftvoll ...)

Aufgaben: Von den Feinzielen können konkrete Aufgaben für Abteilungen/ Mitarbeiter/-innen abgeleitet und laufende Aufgaben in ihrer Übereinstimmung mit den Feinzielen (und weiteren Zielebenen) abgeglichen werden.

Auflistung der Ziele	Welches Ziel ist für dich am wichtigsten? (rote Punkte für die subjektive Bewertung)	Welches Ziel lässt sich mit den personellen Ressourcen am ehesten erreichen? (grüne Punkte für die personelle Wahrscheinlichkeit)	Welches Ziel lässt sich am schnellsten realisieren? (blaue Punkte für die zeitliche Wahrscheinlichkeit)
Ziel A			
Ziel B			
Ziel C			
Ziel D			

Step 3: Wie können wir Lösungen erarbeiten?

Lösung erarbeiten

Um zu einer passenden und erfolgreichen Lösung zu kommen, ist es nicht sinnvoll, vorschnell nur von einer möglichen Variante auszugehen. Erarbeiten Sie verschiedene Lösungen, sammeln Sie Informationen über bekannte Lösungen, und erfinden Sie neue. Welche möglichen Lösungen kennen Sie bereits und womit haben Sie gute Erfahrungen gemacht? Erarbeiten Sie Handlungspläne für die Umsetzung, dann zeigen sich Stolpersteine oder Hindernisse, die Sie aus dem Weg räumen können.

Beziehen Sie insbesondere in diesen Arbeitsschritt alle beteiligten Gruppierungen der Schule ein. Dies erhöht das Lösungspotenzial und zeigt, ob die Ziele von allen mitgetragen werden.

Methoden und Instrumente

Mindmapping

(vgl. www.quint-essenz.ch)

Gedanken, Ideen, Informationen und Problemstellungen aller Art können mit einer Mind-Map festgehalten werden. Sie hilft, eine vollständige Übersicht über Aufgaben, Themenzusammenhänge und beteiligte Personen zu gewinnen. Sie ist ein gutes Hilfsmittel, um Strategien zu entwickeln, weitere Schritte einzuleiten oder Schwerpunkte zu setzen. Mind-Maps sind nichts anderes als organisierte und methodisch strukturierte Schlüsselworte. Dabei werden die Bilder des Gehirns aufgezeichnet und geordnet. Beide Hirnhälften werden dabei in ständigem Wechsel genutzt.

Mind-Maps können unter anderem eingesetzt werden:

- für die Skizzierung eines Projektes
- zur Protokollierung einer Sitzung
- zum Festhalten von Ideen
- als Gerüst für Reden
- für das Vorgehen bei Problemlösungen
- für das Zusammenfassen von Lerninhalten

Mind-Maps

- schärfen das Gedächtnis
- trainieren die rechte und linke Hirnhälfte
- verschaffen einen Überblick
- sparen Zeit
- fördern verborgene Ideen
- helfen, Lösungen zu entwickeln
- sind beliebig erweiterbar

Brainstorming

(www.quint-essenz.ch)

Brainstorming ist eine gruppenorientierte Ideenfindungsmethode. Durch eine vorübergehende Loslösung vom logischen Denken (durch das Stürmen im Gehirn) können kreative Energien freigesetzt werden. Brainstorming eignet sich für verschiedene Projektphasen: in der Planungsphase zum Sammeln von Ideen und Vorschlägen für das Projekt; in der Durchführungsphase, wenn die alltägliche Arbeit den Blick für neue Ideen verstellt; in der Abschlussphase für Ideen zum kreativen Gestalten der letzten Aktionen.

Probleme definieren und Lösungswege entwickeln

(vgl. Liebald, 1998)

Welche Probleme gibt es?	Welche Gründe gibt es dafür?	Welche Lösungen sind aus eurer Sicht möglich?
Was hemmt deren Umsetzung?	**Was fördert deren Umsetzung?**	**Welche wollen wir angehen?**

Step 4: Nach welchen Kriterien entscheiden wir uns für eine Lösung?

Beste Lösung

Um sich für eine von mehreren möglichen Lösungen entscheiden zu können, sind formulierte Kriterien für die Beurteilung der Varianten hilfreich.

- Gewichten Sie die Kriterien, so dass Sie die Varianten bewerten können.
- Wählen Sie die beste Lösung aus.
- Erstellen Sie eine Prioritätenliste.
- Was soll in welcher Reihenfolge von wem bearbeitet werden?
- Klären Sie, ob weitere Unterstützung von außen (innerschulisch oder außerschulisch) benötigt wird.

Methoden und Instrumente

Prioritäten setzen

(vgl. Gellert/Nowak 2004)

Dieses Verfahren hilft, effektiv Prioritäten zu setzen, um sich nicht in sinnlosem Aktionismus zu verlieren oder durch unlösbare Probleme frustriert zu werden.

Zeitbedarf: ca. 60 Minuten

Material: Stellwand, Filzstifte, Kopien der abgebildeten Tabelle für jede Kleingruppe, Taschenrechner

Durchführung: Die Tabelle wird auf eine Stellwand übertragen und in Kopie an jede Arbeitsgruppe verteilt. Danach werden die Lösungen oder geplanten Maßnahmen in der Tabelle und in den Arbeitsbögen notiert.

Anschließend werden je nach Teamgröße zwei bis fünf Kleingruppen gebildet. Diese versehen die Spalten Wichtigkeit, Dringlichkeit und eigene Lösungskompetenz in gegenseitiger Übereinstimmung mit Zahlenwerten von 0–5.

Auswertung: Die Kleingruppenergebnisse werden präsentiert und auf die Stellwand übertragen. Anschließend werden die Zahlenwerte jeder Rubrik addiert und für jede Lösung nach der Formel W x D x L = Priorität multipliziert. Bei zu hohen Zahlenwerten kann entsprechend durch 10 oder 100 dividiert werden.

Auf diese Weise ergibt sich eine Priorisierung, die sich auch an der Machbarkeit orientiert. Bekommt die Lösungskompetenz zum Beispiel den Wert 0, so ergibt sich auch für die Priorität der Wert 0. Andere Lösungen/Maßnahmen, die vielleicht nicht so wichtig sind, für die das Team aber über eine hohe Lösungskompetenz verfügt, rücken in den Vordergrund und ermöglichen einen raschen Erfolg. So wird verhindert, dass sich das Team gleich zu Beginn an schwer lösbaren Problemen die Zähne ausbeißt.

Flipchart-Vorlage/Arbeitsbogen: Prioritäten setzen

Lösung/Maßnahme	Wichtigkeit (W)	Dringlichkeit (D)	Lösungskompetenz (L)	Priorität (W x D x L)
1.				
2.				
3.				
4.				

Ideenbewertung
(vgl. Schilling)

Sicher gibt es nicht die Lösung, mit der alle Beteiligten 100-prozentig zufrieden sind. Stehen verschiedene Ideen oder Lösungen zur Auswahl, gibt es die Möglichkeit, jeden Lösungsvorschlag einzeln bewerten zu lassen.

Hierfür bekommen die Gruppenmitglieder pro Idee oder Lösungsvorschlag einen Klebepunkt und können die Ideen auf einer Skala bewerten. Daraus lässt sich erkennen, welche der Vorschläge die größte Anerkennung genießen.

Idee/Lösung	Lachender Smily (S)	Neutraler S	Weinender S
1.			
2.			
3.			

Mehrpunktabfrage (siehe Step 1)

Step 5: Wie führen wir die gewählte Lösung durch?

Umsetzung planen

Um zu der Umsetzung einer Lösung zu kommen, ist die Klärung der Vorgehensweise notwendig.

Dazu gehören folgende Schritte: alle erforderlichen Einzelschritte planen, anordnen und durchführen, die für die Veränderungen nötig sind.

Wer, was, wie, mit wem festlegen. Bestimmen Sie Termine, und legen Sie konkrete Verantwortlichkeiten (Aufgabe und Person) fest.

Hilfreich kann ein Durchführungsplan sein, der allen Beteiligten und anderen ermöglicht, die Schritte nachzuvollziehen.

Methoden und Instrumente

Maßnahmenplanung
(vgl. Liebald 1998)

Tätigkeit	Wer?	Mit wem?	Bis wann?	Bemerkungen
1.				
2.				
3.				

Tätigkeiten: Schreiben Sie dazu wirklich einzelne Tätigkeiten anstelle des Gesamtvorhabens auf. Beachten Sie, dass die Tätigkeiten realistisch, konkret und eindeutig formuliert sind, so dass sie terminiert und überprüft werden können.

Wer? In dieser Spalte können nur Anwesende eines Projekttreffens stehen, denn es ist nicht sinnvoll, für nicht Anwesende Tätigkeiten aufzuschreiben. Findet sich in der Gruppe niemand, der die Kompetenz für eine gewünschte Tätigkeit hat, muss sich zumindest ein Anwesender finden, der die „Patenschaft“ für diese übernimmt, d. h. sie an die Stelle weitergibt, die zuständig ist. Findet sich niemand, der die Tätigkeit übernehmen will, wird sie wieder aus dem Katalog gestrichen. Sie ist dann offensichtlich nicht so wichtig, dass jemand Energie dafür aufbringen will.

Mit wem? Hier können Anwesende stehen, es können aber auch Personen, Organisationseinheiten oder Institutionen eingetragen werden, die entweder bei der Realisierung helfen können oder als Beteiligte einbezogen werden.

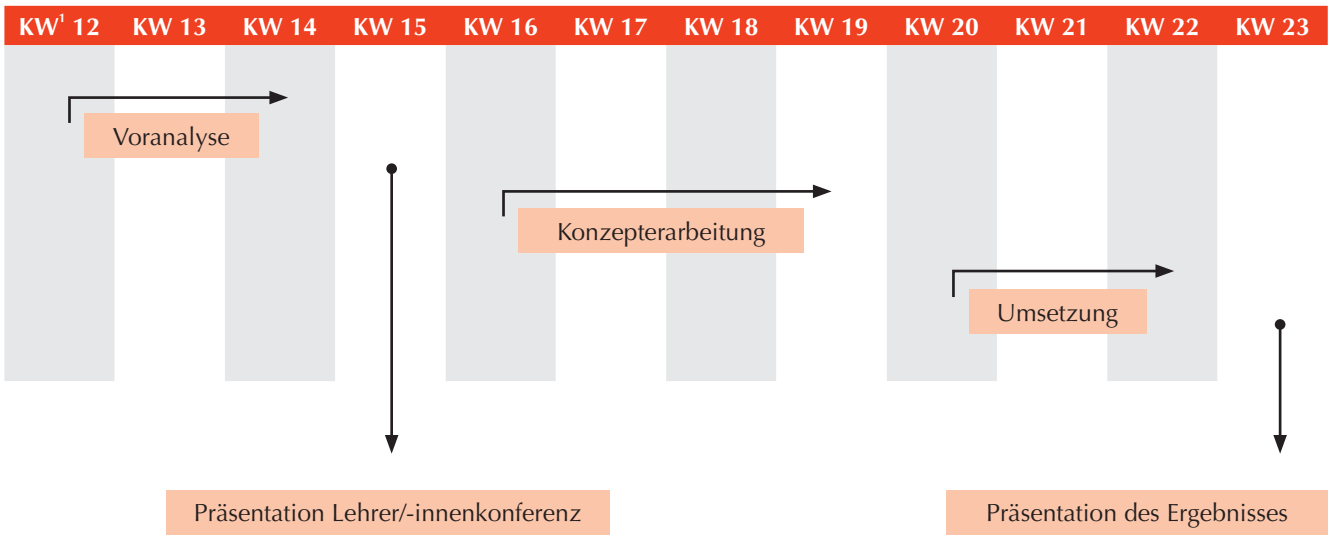
Bis wann? Diese Spalte soll eine realistische Zeiteinschätzung enthalten und nicht weiter als drei Monate in die Zukunft reichen (es sein denn, es wird eine Jahres-/oder Halbjahresplanung angestrebt). Wird für eine Tätigkeit mehr Zeitbedarf eingeschätzt, so ist sie in kleinere Schritte zu zerlegen, die in kürzeren Zeiträumen durchgeführt werden können.

Bemerkungen: Hier können Stichworte zur Art der Durchführung aufgeschrieben werden, es kann aber auch festgehalten werden, an wen das Ergebnis der Aktivität abgeliefert werden soll oder wer letztlich darüber zu entscheiden hat.

Durchführungsplan mit Projektskizze

Titel der Maßnahme
Verantwortlicher Ansprechpartner/-in
Anlass der Maßnahme
Ziele der Maßnahme
Zeitpunkt und -umfang
Arbeitsgruppenteilnehmer/-innen
Notwendige Handlungsschritte
Wer muss von wem informiert werden?
Welche anderen Maßnahmen unterstützen dieses Angebot, um noch erfolgreicher zu sein (flankierende Unterstützung)?
Kosten

Terminplan mit Meilensteinen
(vgl. Liebald, 1998)



[1]Kalenderwoche

Für eine optimale Projektsteuerung sollte die Durchführungsphase längerer Projekte in Etappen aufgeteilt werden.

Meilensteine sind Haltepunkte in der Durchführungsphase, an denen rückblickend der bisherige Verlauf des Projektes überprüft wird, vorhandene Probleme besprochen werden und vorausblickend die Feinplanung der folgenden Etappe vorgenommen wird. Es empfiehlt sich, die Meilensteine regelmäßig auf die Durchführungsphase des Projektes zu verteilen (im Abstand von 3–9 Monaten).

Für jeden Meilenstein können bereits in der Grobplanungsphase einige wichtige Zwischenziele formuliert werden, die alle zusammen chronologisch der Erreichung der Projektziele dienen. Die Zwischenziele der ersten Etappe werden in der anschließenden Feinplanungsphase ergänzt und präzisiert.

Manchmal wird vom Auftraggeber eine Etappierung des Projektes verlangt. Dies erleichtert das Projekt-Controlling, deckt sich aber unter Umständen nicht mit der zeitlichen Gliederung, die für die Projektsteuerung durch die Projektleitung sinnvoll wäre.

Was Sie gewinnen können

Wenn Sie Ihr Projekt zeitlich gliedern und Meilensteine als regelmäßige Haltepunkte setzen, können Sie Ihr Projekt systematisch steuern, auf eine veränderte Situation angemessen reagieren und Fehlplanungen rechtzeitig korrigieren. Sie verringern die Gefahr, dass Sie die Übersicht verlieren und das Projekt Ihnen allmählich entgleitet.

Was Sie konkret tun können

Setzen Sie für die Durchführungsphase Meilensteine in regelmäßigen Abständen. Formulieren Sie für jeden Meilenstein überprüfbare Zwischenziele.

Prüffragen:

- Ist das Projekt in Etappen aufgeteilt (sind Meilensteine gesetzt und entsprechende Sitzungen zu deren Überprüfung vereinbart)?
- Sind einige wichtige Zwischenziele für jeden Meilenstein formuliert?

Step 6: Wie können wir die durchgeführten Maßnahmen auswerten und ihren Erfolg überprüfen?

Maßnahmen auswerten

Um die durchgeführten Maßnahmen auswerten zu können, ist ein Vergleich zwischen der aktuellen Istsituation und dem festgelegten Sollzustand erforderlich.

Dabei sind Fragen zur Zufriedenheit aller Beteiligten und zur Überprüfung der festgelegten Ziele hilfreich.

Um die Ziele für die Zukunft abzusichern, stellt sich die Frage, ob durch die gewählte Lösung diese dauerhaft erreicht werden können bzw. was zur Absicherung noch getan werden muss.

Befragungen

(vgl. Liebald 1998)

Bei Befragungen (und anderen Erhebungen) ist zu beachten:

Erhebungssituation: Wie sieht die Situation aus, in der erhoben werden soll, beispielsweise im Hinblick auf Ort, Zeitpunkt, Anwesenheit anderer Personen, Störungen?

Es gilt: Je standardisierter die Erhebungssituation, desto eher sind die Ergebnisse generalisierbar.

Vollerhebung: Diese liegt vor, wenn bei einer kleineren Grundgesamtheit alle Personen in die Erhebung einbezogen werden können (zum Beispiel alle Schüler/-innen einer Klassenstufe).

Stichprobe: Diese ist meist erforderlich, wenn nur ein Teil der Grundgesamtheit untersucht werden kann. Sollten die ausgewählten Personen als Repräsentant/-innen für alle Personen der Grundgesamtheit dienen, wird am besten eine Zufallsstichprobe gezogen, bei der alle Beteiligten nach einem festgelegten Schema (etwa einem bestimmtem Zähltakt) ausgewählt werden.

Qualifikation: Ist die methodische Qualifikation für die Erhebung (zum Beispiel bei Interviews) ausreichend, oder sollten ggf. externe Kräfte hinzugezogen werden?

Pretest: Mit ihm wird eine Voruntersuchung an einer begrenzten Anzahl von Fällen, die in der Zusammensetzung denen der endgültigen Stichprobe entsprechen, beschrieben. Der Pretest prüft unter anderem die Tauglichkeit des Erhebungsinstruments, der Erhebungssituation und der Evaluatoren und Evaluatorinnen.

Fragebögen: schriftliche Erhebung, in der Regel ohne direkten persönlichen Kontakt

Aufbau und Struktur:

- Kurz und präzise (1–3 Seiten)
- Verständliche Fragen und zielgruppengerecht, Antwortvorgaben bei geschlossenen Fragen
- In jeder Frage kann nur einen Sachverhalt behandelt werden.
- Bei geschlossenen Fragen mit Alternativvorschlägen darauf achten, dass eine zusätzliche Kategorie angeboten wird, die eine andere Antwort als die vorgegebenen zulässt. Beispiele: „Sonstiges“, „Trifft alles nicht zu, weil ...“, „Weiß nicht“.

Auswertungsmöglichkeiten

- Kleinere Untersuchungen (30 bis 50 Fälle): manuell
- bei 50 und 100 Fällen: abhängig von Länge des Fragebogens, computergestützt

Der Kurzfragebogen

- von den teilnehmenden Personen
- z. B. am Ende eines Seminars oder Kurses

als subjektives Stimmungsbild. Die einzelnen Fragen des angeführten Beispiels sind ohne großen Aufwand auf andere Kursinhalte oder auf andere gewünschte Informationen abzuwandeln.

Der längere Fragebogen

- umfasst mehr Informationen zu unterschiedlichen Themenbereichen und kann geschlossene wie auch offene Fragen enthalten, um Wünsche oder Lösungsvorschläge der Befragten zu erfahren. Für die Auswertung sollten schon zu Beginn klar umrissene Fragestellungen vorhanden sein.

Numerische Auswertung
(vgl. Liebald 1998)

Die numerische Auswertung ermöglicht eine Auswertung von durchgeführten Maßnahmen anhand einer Statistik.

Als Beispiel:
Wie viele Klassenratssitzungen wurden im vergangenen Schulhalbjahr im Jahrgang 8 durchgeführt?

Klasse	Keine	Weniger als 5	5–10	10–15	Mehr als 15
8a					
8b					
8c					
8d					

Offene Fragen zum Schluss ...

Kann man mit kleinen Aktivitäten überhaupt etwas erreichen?

Jede Aktivität, die auf ein bestimmtes Ziel ausgerichtet ist, bewirkt etwas. Möglicherweise werden andere angeregt, diese nachzuahmen, oder kommen auf eigene Ideen, was zu verbessern ist.

Es ist sogar besser, sich konkrete und umsetzbare Projekte zu überlegen, als ein riesiges Projekt anzugehen, ohne dass sicher ist, dass dieses sinnvoll zu Ende gebracht wird. Auch Eltern und Schüler/-innen lassen sich eher motivieren, wenn sie verstehen, um welche konkrete Aktivität oder Maßnahme es geht und welches Ziel damit verfolgt wird.

Wie kommt man auf Lösungsideen?

Die Erfahrung zeigt immer wieder, dass eine Gruppe von Menschen eher auf eine Lösung kommt als eine einzelne Person. In einer Gruppe kommen verschiedenste Blickwinkel zusammen, und jeder verfügt über Hintergrundwissen, das für die Problemlösung nützlich sein kann.

Viele Beispiele in den Schulen haben gezeigt, dass insbesondere Schüler/-innen kreative und sehr pragmatische Lösungsideen haben und gerne bereit sind, bei der Umsetzung tatkräftig mitzuwirken.

Schließen Sie niemanden aus, der sich beteiligen möchte, sondern nutzen Sie diese Potenziale, auch wenn Sie Zweifel haben, dass gerade diese Person nützlich sein könnte.

In diesem Handbuch gibt es eine Vielzahl von außerschulischen Kooperationspartnern, die für die konkrete Umsetzung Ihrer Ideen zur Verfügung stehen. Nutzen Sie diese oder ihre Ideen für eine Anpassung an den Bedarf Ihrer Schule.

Wie kann man prüfen, ob man das Richtige tut?

Sie haben dazu bereits einige praktische Anregungen erhalten, wie Sie ihr Projekt auswerten können.

Grundsätzlich erkennen Sie die Richtigkeit Ihrer Vorgehensweise daran, dass es mehrere Personen gibt, die etwas verändern möchten und sich auf eine Vorgehensweise verständigt haben. Es ist nicht ausgeschlossen, dass dabei Fehler unterlaufen und Probleme nicht in der beabsichtigten Weise behoben werden können.

Machen Sie sich Folgendes klar: Jedes Projekt ist ein Experiment, und die Ergebnisse werden zeigen, ob es erfolgreich war. Außerdem können Sie auch während des Umsetzungsprozesses Fehler korrigieren und damit zu einer optimalen Zielerreichung beitragen.

Behalten Sie ihr Ziel im Auge, denn die Richtschnur für Ihren Erfolg ist, ob Sie mit ihren Bemühungen etwas getan haben, was diesem Ziel nützlich war oder nicht.

Wie stellt man ein gutes Verhältnis zwischen Aufwand und Nutzen her?

Jede Aktivität benötigt und bindet Arbeitskraft. Als Einzelner hat man nur begrenzte Wirkungsmöglichkeiten. Stellen Sie ein Team zusammen und stellen Sie in dieser Arbeitsgruppe sicher, dass jeder Einzelne bereit ist, einen Teil der Arbeit zu übernehmen. Stecken Sie sich anhand der Kapazitäten realistische und umsetzbare Ziele, die Sie zielstrebig verfolgen können. Prüfen Sie, ob der dafür notwendige Arbeitsaufwand umzusetzen ist, indem Aufgaben optimal vergeben sind oder weitere Personen einbezogen werden.

Vermeiden Sie Utopien, die nicht umzusetzen sind – außer wenn sich die gesamte Schule darauf verständigt hat, eine Vision zu entwickeln wie z. B. in einer Zukunftswerkstatt.

Legen Sie Teilschritte fest, die sichtbar werden. Jede erfolgreiche Aktivität braucht einen Ort des Innehaltens und des Rückblicks, damit das eigene Tun wertgeschätzt werden kann.

Entwickeln Sie dafür Rituale (Feste, Begehungen etc.), damit notwendige Anerkennung im Arbeitsalltag nicht untergeht.

Wenn Sie Unterstützung brauchen, machen Sie dies im Kollegium klar. Stellen Sie sicher, dass möglichst viele über die einzelnen Umsetzungsschritte informiert sind. Manchmal hilft ein Notfall- oder Vertretungsplan, damit ein Projekt oder ein Arbeitsschritt nicht scheitert, weil jemand ausfällt. Derjenige, der die Aufgabe übernommen hat, ist verantwortlich dafür, dass diese umgesetzt wird. Das ist Teamarbeit.

Lassen sich bestehende Aktivitäten der Schule in ein Projekt zur Gesundheitsförderung integrieren?

Gesundheitsförderung ist ein breites Feld. Viele Aktivitäten, die in Schulen bereits stattfinden, lassen sich in dieses Schwerpunktthema integrieren. Welche Projekte gut zu integrieren sind, hat vor allem mit dem Blickwinkel zu tun, der prüft, ob die Aktivitäten die Gesunderhaltung, ein gutes Schulklima, die Stressreduktion und Konfliktbewältigung fördern, ob Sie einem guten Miteinander und dafür geeigneten Rahmenbedingungen dienen.

Damit können Einzelaktivitäten in einen Zusammenhang gestellt werden, aus dem sich ein klareres Selbstverständnis für das pädagogische Handeln ableitet.

Hintergrund für eine große Palette an Aktivitäten, die im Rahmen der Gesundheitsförderung ihren Platz finden können, ist die von der Weltgesundheitsorganisation entwickelte Definition von Gesundheit als körperliches, psychisches und soziales Wohlbefinden.

Welche Ziele können erreicht werden?

Generell können durch verschiedene Aktivitäten unterschiedliche Ziele erreicht werden, die der Gesundheitsförderung dienen. Vorstellbar sind verhaltensbezogene Ziele, die durch mehr Wissen, eine zunehmende Sensibilisierung und eine Veränderungsbereitschaft des bisher Gewohnten erreicht werden. Andere Ziele verändern die Rahmen- und Ausgangsbedingungen und liefern auf der Strukturebene der Schule einen Beitrag für gesundheitsfördernde Rahmenbedingungen.

Sind die Aktivitäten so angelegt, dass sie gemeinsames Lernen ermöglichen, so kommt der Erhöhung der Sozialkompetenz und Selbstwirksamkeit eine große Rolle zu. Damit werden Lernmöglichkeiten geschaffen, die einen hohen Stellenwert für die persönliche Entwicklung des Individuums haben.

Aktivitäten sollten auf eine erfolgreiche Umsetzung ausgerichtet sein, um Motivation zu stärken, Einsatzbereitschaft zu belohnen und Kompetenzen zu erhöhen.

Stecken Sie sich Ziele, auf die Sie Einfluss haben, denn nur dann können Sie handelnd etwas bewirken.

Der Ausblick

Die dargestellten Ergebnisse zeigen, dass das Projekt „Spannende Schule – entspanntes Miteinander" in vielen Punkten wirkungsvoll war.

Mitbeteiligung erfordert Durchhaltevermögen

Das Projekt hatte sich zum Ziel gesetzt, die Mitbeteiligung aller Akteure in der Schule zu ermöglichen und zu fördern.

Folgende Rahmenbedingungen wurden dafür als nützlich erachtet:

- Transparenz der Ideen und Entscheidungen des Gesundheitszirkels durch Beschlüsse in Lehrerkonferenzen, Elternrat und Schülerrat
- Besetzung der Untergruppen nach dem Gesundheitszirkelmodell (siehe Kap. 6)
- Ergebnisorientierte Arbeit in der Arbeitsgruppenform sowie eine große Methodenvielfalt. Beides entspricht den Bedürfnissen von Jugendlichen und unterstützt sie dadurch in ihrer Beteiligung und der Arbeit für das Projekt.

Das Projekt kann als ein Experiment mit diesen Mitbeteiligungsformen gesehen werden. Dabei knüpfte das Projekt an die (sehr unterschiedlich entwickelten) bestehenden Mitbeteiligungsstrukturen der einzelnen Schulen an. Gerade in der Anzahl wie auch der kontinuierlichen Beteiligung von Schülerinnen und Schülern sowie Eltern zeigte sich der jeweilige Entwicklungsstand der Schule in Bezug auf Mitbeteiligung. Beim Schulpersonal gab es von Beginn an in allen Schulen in der Regel kaum Schwankungen, was sich günstig auf eine zielstrebige Umsetzung der Projektaktivitäten auswirkte.

Immer wieder jedoch wurde im Gesundheitszirkel thematisiert, dass für die Umsetzung und Etablierung einzelner Maßnahmen weitere personelle Kräfte erforderlich sind. Die Bereitschaft aus dem Kollegium, sich noch stärker in die Aktivitäten einzubringen, war unterschiedlich groß und führte nicht immer zur Zufriedenheit der Aktiven.

Experiment mit Mitbeteiligungsformen

Dadurch wurde auch klar, dass ein Beschluss der Lehrer/-innen oder Schulkonferenz für die Akzeptanz und erfolgreiche Durchführung eines solchen Projektes nicht ausreichend ist. Zu schnell werden alle Aufgaben, die mit dem Projekt zusammenhängen, an diejenigen delegiert, die sich bereits zu Beginn des Projektes aktiv einbringen. Die Aktiven fühlen sich dadurch nach einiger Zeit überlastet und bezweifeln die Wirkungsweise des Projektes. Insbesondere die schulischen Entwicklungen, die der Verhältnisprävention dienen sollen und im Idealfall im Curriculum der Schule verankert werden, werden durch diese Umstände eher gebremst als unterstützt. Es findet sich keine Mehrheit, die die Maßnahmen unterstützt und vorantreibt.

Mitmachen macht zufrieden

Die Erfahrungen der Aktiven im Gesundheitszirkel zeigen, dass selbstbestimmtes Handeln und die Möglichkeit, Einfluss zu nehmen, sich positiv auf die Gesundheit auswirken. Die Evaluationsergebnisse belegen in diesem Zusammenhang, dass die Beteiligten sich gesundheitlich besser fühlen und ihr Engagement zu einer höheren Zufriedenheit im Bereich Schule geführt hat. Insbesondere in der Zusammenarbeit zwischen Erwachsenen und Jugendli-

chen zeigte sich in allen vier Schulen während des Projektverlaufes eine Zunahme der „Einmischung" der Jugendlichen. Die Jugendlichen erkannten an und schätzten sehr, dass sie in ihren Wünschen und Bedürfnissen ernst genommen wurden. Durch ihre Beteiligung konnten sie auch verstehen, wenn Dinge nicht möglich waren. Dies führte bei ihnen zur Akzeptanz von Entscheidungen und motivierte die Jugendlichen, selbst über Alternativen nachzudenken.

Erfahrung von Selbstwirksamkeit

Somit liefern diese Erfahrungen für die Jugendlichen Erfolge auf der Ebene der psychischen Gesundheit im Bereich des Selbstwirksamkeitserlebens – dies ist eine wichtige Voraussetzung für gute schulische Leistungen.

Durch ihre Mitbeteiligung erfuhren die Jugendlichen zudem die Wertschätzung der Erwachsenen. Auch diese Erfahrung kann bei Schülerinnen und Schülern schulischen Erfolg bewirken, wenn die gewonnnen Kompetenzen im Unterricht von den Lehrerinnen und Lehrern aufgegriffen werden und den Jugendlichen so die Möglichkeit gegeben wird, diese neu gewonnenen Kompetenzen zu nutzen.

Trotz aller positiven Ergebnisse des Projektes in Bezug auf die Beteiligung der Schulakteure sollte man wissen, dass die WHO betont, dass eine verstärkte Beteiligung allein für eine Befähigung zu selbstbestimmtem Handeln nicht ausreicht. Partizipatorische Prozesse sind die Grundlage für selbstbestimmtes Handeln, doch die Strategien müssen der Entscheidungsfindung dienen und die Überzeugung der Beteiligten stärken (vgl. www.euro.who.int/ENHPS).

So sind die Interventionen an den lokalen Kontext anzupassen, und die kulturelle sowie geschlechtsbezogene Angemessenheit der Maßnahmen ist zu berücksichtigen.

„Die wirksamsten Befähigungsstrategien sind diejenigen, die auf einer echten Beteiligung der Bürger aufbauen und diese fördern und so eine Selbstbestimmtheit in der Entscheidungsfindung, ein Gemeinschafts- und Zusammengehörigkeitsgefühl vor Ort und eine psychologische Stärkung der Bürger selbst herbeiführen." (www.euro.who.int/ENHPS).

Erleben von Zusammengehörigkeit

Die Erfahrungen der WHO zeigen deutlich, dass eine Mitbeteiligung pro forma nicht ausreichend ist, sondern dass sie auf Dauer nur funktioniert, wenn sie durch ein Gemeinschaftserleben gestärkt wird. Zusammengehörigkeit wird dann erlebt, wenn Entscheidungen und Entwicklungen gemeinsam, verantwortlich und in gegenseitiger Anerkennung getragen werden. Auf diesem Feld, so zeigte auch das Projekt, gibt es in Schulen noch großen Handlungsbedarf.

Komplexes Feld Stress- und Konfliktpotenziale

Das Projekt hatte sich darüber hinaus zum Ziel gesetzt, Stress- und Konfliktpotenziale innerhalb der Schulsysteme zu minimieren und für Ausgleichsmöglichkeiten zu sorgen. Die Ergebnisse des Evaluationsberichts belegen Verbesserungen im Bereich Stress- und Konfliktpotenziale (größere Bereitschaft zu Kompromissen, mehr verbale Verständigung, größeres Gefühl von Zusammenhalt). Gleichzeitig muss man allerdings einräumen, dass laut der Abschlussbefragung der Umgang untereinander nach dem zweijährigen Projekt als weniger fair erlebt wird.

Dies zeigt, dass das Projekt das Spannungsfeld „Stress und Konflikte" positiv beeinflusste, aber dass sich (noch) lange nicht alle Stress- und Konfliktpotenziale im Laufe des Projektes verbessert hatten.
Dies korrespondiert mit anderen Untersuchungen, bei denen eine „Gewaltspitze" bei den 13–15-Jährigen (8./9. Klasse) liegt (Klewin et al. 2002: 1093ff.). Jungen sind dort sowohl als Opfer als auch als Täter mehr beteiligt als Mädchen. Zu den Risikofaktoren gehört das System Schule als Mitproduzent von Gewalthandlungen, so dass dem System Schule als verursachendem und verstärkendem Faktor eine besondere Bedeutung zukommt. Dies zeigt sich insbesondere im Sozialklima: Fehlende Anerkennung bei Mitschülerinnen und Mitschülern, etikettierendes und restriktives Verhalten der Lehrkräfte und „scharfe" Konkurrenz zwischen Heranwachsenden hängen eng mit dem Gewaltverhalten der Schüler/-innen zusammen.

Ansätze und Konzepte in der Gewaltprävention, die es in Deutschland seit gut zehn Jahren gibt, belegen, dass die Programme, die am individuellen Schülerverhalten ansetzen, nach Meinung von Lehrkräften zu einer günstigen Entwicklung des Sozialverhaltens führen. Auch Ansätze, die zu Verbesserung der Schulqualität (Schulklima, Lernkultur, Schulleben etc.) beitragen und die Wahrnehmung aller Schulbeteiligten sensibilisieren, zeigen positive Auswirkungen. Evaluationsstudien dazu gibt es bisher jedoch kaum (Klewin et al. 2002: 1100).

Somit konnte das Projekt auch lediglich auf unterschiedliche Einzelinterventionen zurückgreifen und

prüfen, welche Auswirkungen diese auf einen verbesserten Umgang mit Konflikten in der jeweiligen Schule hatten. Diese Ergebnisse sind zum jetzigen Zeitpunkt jedoch noch nicht wissenschaftlich fundiert, so dass für die Träger solcher Gewaltpräventionsmaßnahmen eine Evaluation ratsam wäre.

Im Bereich der Stressbewältigung zeigte sich, dass Problemlösungsmodelle wie z. B. SNAKE sehr gut an Stress auslösende Faktoren im schulischen Alltag anknüpfen. Der Umgang mit Stress kann dadurch individuell verbessert werden. Es zeigte sich, dass Schüler/-innen gefordert sind, ihre Interessen ziel- und personengerichtet zu artikulieren, wofür sie Unterstützung von Vertrauenspersonen benötigen. In einem schulischen Kontext, in dem über Zensuren reglementiert werden kann, ist dies jedoch eine große Herausforderung.

Diese Ausführungen verdeutlichen, wie komplex die Entstehung von Gewalt und Stress im schulischen Kontext ist. Es wäre Augenwischerei zu glauben, dass man mit einer Einzelintervention – unabhängig von Umfang, Dauer und Ausstattung – an diesen Entstehensbedingungen etwas zu verändern mag. Möglicherweise schaffen verschiedene Maßnahmen jedoch konkrete Symptomabhilfe, mindern die Auswirkungen von Stress und Konflikten oder zeigen Nischen auf, in denen man sich stressfrei bewegen kann.

Ein umfassendes und präventives Paket aus sich ergänzenden Einzelmaßnahmen für die Ursachenbekämpfung von Stress- und Konfliktpotenzialen in der Schule ist jedoch noch Zukunftsvision und bräuchte möglicherweise die Integration von Spezialisten in das System Schule.

Schulische Entwicklungen brauchen Zeit

Darüber hinaus zeigte sich, dass schulische Entwicklungen Zeit brauchen. Von der Idee bis zur tatsächlichen Umsetzung einer Teilaktivität vergingen oftmals viele Wochen oder gar mehrere Monate. Gründe dafür waren, dass erst einmal Zeiträume für die Umsetzung gefunden werden mussten und die schulischen Terminvorgaben von Unterricht und Vergleichsarbeiten, Zeugnisvergaben und Ferienzeiten berücksichtigt werden mussten.

Die Klärung einer verantwortlichen Zuständigkeit von Einzelpersonen oder kleineren Untergruppen half dabei, die Projekte zielstrebig zu verfolgen. Allerdings müssen dafür Zeitressourcen für Treffen eingeräumt und alle Beteiligten mit einbezogen werden. Nicht zuletzt müssen auch die Kooperationspartner freie zeitliche Kapazitäten bereithalten, um die Vorhaben umzusetzen. Teilweise konnten kurzfristig, trotz aller Bemühungen, Projekte nicht verwirklicht werden, sondern brauchten einen längeren Vorlauf. Leider minderten diese Verzögerungen zum Teil jedoch die Motivation und das Durchhaltevermögen der Beteiligten. Damit wurden an alle Beteiligten hohe Anforderungen gestellt, das Ziel trotz zeitlicher Verzögerungen nicht aus dem Auge zu verlieren. Durch die große zeitliche Spanne mancher Maßnahmen konnten Erfolge zum Teil nicht unmittelbar erlebt werden, was insbesondere für Schüler/-innen schwer nachzuvollziehen oder zu akzeptieren ist.

Verantwortliche Zuständigkeiten und Motivationserhaltung

Verbessernde schulische Entwicklungen sind konfrontiert mit einer Organisation des Schulalltags, der als Stress auslösend bzw. belastend und damit als wenig gesundheitsfördernd gilt (Sommer et al. 2006: 44 ff.). Der Spagat zwischen den Arbeitsplätzen in der Schule und zu Hause, der 45-Minuten-Takt des Unterrichtens mit der Folge des permanenten Beziehungsabbruchs und die Gestaltung der Arbeitspausen sind schwierige Punkte für Lehrkräfte in diesem Organisationssystem. Diese Umstände führen für sehr viele Lehrer/-innen zu einer Situation, die subjektiv als dauerhaft belastend empfunden wird. Sommer et al. ziehen in ihren Ausführungen unter anderem den Schluss, dass sich die Bildungspolitik und die Interessenvertretungen von Lehrkräften für eine veränderte Organisationsstruktur einsetzen sollten.

Veränderungen in der Schulorganisation

„Aber auch die Lehrer selbst müssen erkennen, welche Vorteile eine veränderte Arbeitsorganisation haben könnte, und bereit sein, diese konstruktiv und offen auf ihre Wirksamkeit hinsichtlich einer Entlastung zu überprüfen. Bisher scheinen Zweifel und Unsicherheit über die Zweckmäßigkeit der Entzerrung des Unterrichts und längerer, entspannungsorientierter Pausen vorzuherrschen.“ (Sommer et al. 2006: 46 f.)

Insgesamt ist auch im Projekt „Spannende Schule – entspanntes Miteinander“ deutlich geworden, dass sich vielerorts der Wunsch nach einer Umstrukturierung des Schulalltags breit macht. Gleichwohl wird mit Argusaugen auf die positiven Gewohnheiten (Länge der unterrichtsfreien Zeit, keine Anwesenheitspflicht in der Schule nach Unterrichtsende) geschaut, die als Vorteile gesehen werden. Lehrkräfte zum Beispiel, die schon sehr lange im Schuldienst sind und ihrer Pensionierung entgegensehen, haben sich mit dieser gesundheitsbelastenden Struktur

abgefunden und sind für Veränderungen nur noch wenig offen.

Offenheit für gemeinschaftliche Veränderungsprozesse

Offenheit für die Suche nach Verbesserungen für den schulischen Alltag und die Bereitschaft, diese Verbesserungen gemeinschaftlich zu erreichen, sind notwendige Voraussetzungen, um Abhilfe zu schaffen. Das System Schule bietet jedoch nicht den Raum, um individuelle Vorlieben zu berücksichtigen (Länge der Pausen, Leistungshoch- und -tiefpunkte etc.), so dass das Angehen und Durchhalten von Veränderungsprozessen wiederum hohe Anforderungen an die Schulleitungen stellt, was das Management in der Personalführung betrifft. Wie kann aus den Lehrkräften, die einzeln vor der Klasse stehen, ein Team werden, das gemeinschaftlich in gegenseitiger Anerkennung und Wertschätzung den Schulalltag gestaltet und strukturiert? Gelungene Beispiele erscheinen als Einzellösungen, die in der Schullandschaft jedoch noch keinen entsprechenden Stellenwert erhalten haben.

Eigenes Erleben und Empfinden als Ausgangspunkt

Die Ansatzpunkte im Projekt zeigen, dass das Thema Lehrergesundheit einen Beitrag dazu liefern kann, die Bereitschaft für Veränderungen zu wecken, indem das eigene Erleben und Empfinden zum Ausgangspunkt dieser Überlegungen gemacht wird. Sinnvoll ist es, dies in die Überprüfung des Systems Schule unter gesundheitsfördernden Aspekten für alle Beteiligten der Schulen einzubetten, um nicht dem Vorwurf Vorschub zu leisten, dass die Berufsgruppe der Lehrkräfte nur auf Vorteile für die eigene Gruppe bedacht ist.

Wechselwirkung von Bildung und Gesundheit

Gesundheitsfördernde Gestaltung des Unterrichts

Die Wechselwirkung von Bildung und Gesundheit ist heute unumstritten (Sommer et al. 2006: 98 ff.). Gesundheit als Voraussetzung für erfolgreiche Lernprozesse hat eine lange Tradition, wohingegen das Bestreben, Gesundheit zu lehren, weitaus jünger ist. Lange Zeit wurde das Thema an bestimmte Fächer angedockt. Fächerübergreifende Relevanz erhielt die Gesundheitsförderung eher im Bereich der Unfallprävention oder der Schulmilchversorgung. Schule als System einer gesundheitlichen Überprüfung zu unterziehen ist dahingegen eine relativ neue Zugangsweise und findet sich in der Regel bisher nur in Modellprojekten (Gesund Leben Lernen: Landesvereinigungen für Gesundheitsförderung Sachsen-Anhalt, Niedersachsen, Rheinland-Pfalz, Förderprogramm Robert-Bosch-Stiftung, Anschub.de etc.).

Das Projekt „Spannende Schule – entspanntes Miteinander“ hat auf beide Bereiche (Systemanalyse und Vermittlung von Gesundheitswissen) eingewirkt und damit den Schulen einen umfassenden Erfahrungsraum zum Thema Gesundheit eröffnet.

Die Instrumente der betrieblichen Gesundheitsförderung ließen sich auf dieses Feld übertragen und konnten damit einen Beitrag für die Qualitätssicherung im Setting Schule liefern.

Es zeigte sich, dass die Gesundheitszirkelarbeit sich als Instrument bewährt, das auf die Behebung von Problemsituationen durch erfolgreiche Einzelinterventionen und strukturelle Veränderungen ausgerichtet ist.

Eine Verankerung von erfolgreichen Einzelmaßnahmen in das Curriculum der jeweiligen Schule ist durch eine einmalige Durchführung nicht zu gewährleisten. Trotzdem wäre sie wünschenswert, weil auf diese Weise zum Beispiel die Frage nach weiterführender Finanzierung zu klären wäre. Durch die Beteiligung an diesem Projekt hatten die Schulen den Vorteil, dass insbesondere für Maßnahmen mit Schülerinnen und Schülern und dem Schulpersonal die Kosten für Trainer/-innenhonorare und Sachmittel sichergestellt waren und keine weiteren Sponsoren eingeworben werden mussten. Insgesamt fehlt den Schulen jedoch ein verfügbares Budget für solche Maßnahmen.

Wegen der Budgetierung der Schulen ab dem nächsten Schuljahr ist fraglich, ob für die Nutzung außerschulischer Kompetenzen, die in der Regel nicht kostenlos sind, finanzielle Spielräume vorhanden sein werden. Somit bleibt den Schulen nur noch der Weg, Sponsoren aus dem Sozialraum und/oder der Wirtschaft um eine Unterstützung ihrer Anliegen als Investition in die Zukunft von Jugendlichen und potenziellen Arbeitnehmern zu bitten.

Handlungsbedarf wird weiterhin darin gesehen, den Unterricht selbst methodisch und didaktisch so zu gestalten, dass er gesundheitsfördernd ist. Ein gutes Klassenklima, in dem Konflikte und Belastungen angesprochen und behoben werden können, ein hohes Maß von Mitentscheidungsmöglichkeiten, ein Feedbackkultur, die Erprobung praktischer und sozialer Fähigkeiten in ihrer gesamten Bandbreite und Bewegungsmöglichkeiten werden als Kennzeichen gesehen, die eine gesunde und gute Schule ausmachen.

Kooperation zwischen Schule und außerschulischen Partnern

Die Erfahrungen des Projektes belegen auf zwei Ebenen die Chancen und Möglichkeiten von Kooperationen. Zum einen war für die beteiligten Schulen der Projektträger (HAG) selbst ein außerschulischer Partner, der Einblick in den schulischen Alltag gewann und dessen Außenblick neue Entwicklungschancen eröffnete. Als unterstützend und hilfreich wurde dies eingeschätzt, weil Gewohnheiten hinterfragt und auf ihre Sinnhaftigkeit hin überprüft wurden.

Eine solche Reflexion eröffnete neue Perspektiven und legte Potenziale frei, die bisher ungenutzt waren. Aus der Innensicht blieben oftmals Veränderungspotenziale verborgen, weil alles in eingefahrenen Bahnen verläuft. Aus diesem Grund begrüßten die Schulen die Beteiligung an diesem Projekt, weil sie sich Unterstützung für die Realisierung von Einzelprojekten und anderen Vorhaben versprachen.

Der zweite Erfahrungsbereich bezog sich auf die Integration anderer Kooperationspartner in das System Schule. Schulen verfügen in der Regel nur in begrenztem Maß über ein Netzwerk an Kooperationspartnern, auf die sie bei Bedarf zurückgreifen oder mit denen eine kontinuierliche Zusammenarbeit stattfindet. Zusätzliche Hemmschwellen wie eine zeitintensive Recherche, um den richtigen Partner zu finden, oder die Klärung der Kostenübernahme für die Angebote beeinträchtigen den grundsätzlich vorhandenen Kooperationswillen. Deshalb ist gerade bei der Zusammenarbeit mit außerschulischen Partnern eine hohe Zielstrebigkeit notwendig, um von der Idee über die Planung bis zur tatsächlichen Umsetzung zu gelangen.

Dabei zeigte sich in der Regel, dass Angebote, die einen hohen Stundenumfang haben, nur langfristig umgesetzt werden können, da Abstimmung und Einpassung in den schulischen Ablauf einen großen Organisationsaufwand darstellen.

Damit Maßnahmen und Aktivitäten nicht nur Eintagsfliegen bleiben, sollten Schulen überlegen, ob diese für Jahrgänge z. B. regelhaft in die Jahresplanung aufgenommen werden können. Dadurch wäre Kontinuität gewährleistet und ein qualitativer Standard, der über Lernleistungen hinausgeht und diese positiv zu beeinflussen vermag.

Insgesamt zeigte sich, dass der Kooperation, wenn sie denn von der Schule gewünscht ist, ein erheblicher Stellenwert beigemessen werden muss. Die Unkenntnis über Gewohnheiten und Arbeitsweisen außerschulischer Partner und eine notwendige intensive Kontaktpflege können für Spannungen sorgen, da Schulen diesen Anforderungen zum Teil nicht oder nur schwer gerecht werden.

Außerschulische Partner brauchen wiederum Geduld und Verständnis für die schulischen Wege und müssen Abstriche machen, was in welchem Zeitrahmen zu verwirklichen ist.

Neue Perspektiven durch Außensicht

Wird dieser Weg jedoch in einem gemeinsamen Einverständnis begangen, ist er von Respekt und gegenseitiger Anerkennung gekennzeichnet, dann ist er durchaus lohnend und Gewinn bringend für beide Seiten.

Die Erfahrungen im Projekt zeigen, welche Entwicklungsbedarfe in diesem Feld noch liegen, so dass der Aufbau eines Netzwerkes an außerschulischen Kooperationspartnerinnen und -partnern aus dem Stadtteil oder Bezirk Zukunftsaufgabe geblieben ist und sich angesichts der zweijährigen Laufzeit des Projektes nicht verwirklichen ließ.

Anpassung außerschulischer Kooperationspartner/-innen an schulische Bedarfe

So stellt die Robert-Bosch-Stiftung (2006: 48 f.) in ihrem Bericht zu den Ergebnissen und Empfehlungen des Förderungsprogramms Gesunde Schule heraus, dass es sich für externe Partner lohne, Schulen mit finanziellen und ideellen Mitteln zu unterstützen. Daraus könnten sich Schulen zu Kompetenzzentren in der Gesundheitsförderung entwickeln, die sich als Dienstleister, kompetente Ansprechpartner und Träger guter Ideen und Konzepte präsentieren.

Gesundheitsförderung und Qualitätsentwicklung: Ergänzung oder Widerspruch?

Die Frage nach der Qualitätssicherung in Schulen wird in vielen Bundesländern inzwischen intensiv diskutiert. Durch die Einführung des „Orientierungsrahmens Schulqualität“ (Behörde für Bildung und Sport 2006: 5) soll in Hamburg ein normativer Rahmen für den Weg der Qualitätsentwicklung geschaffen werden. Dabei wird auf außerschulische Bereiche des Qualitätsmanagements zurückgegriffen und die Frage gestellt, „weshalb Schulen nicht auch in systematischer Form ihre Qualität auf den Prüfstand stellen, daraus Entwicklungsaktivitäten ableiten und in geeigneter Form Bericht nach innen und außen erstatten“. (Behörde für Bildung und Sport 2006: 6)

Gesunde Schulen = gute Schulen

So hat eine „gesunde Schule“ auch den Anspruch, eine „gute Schule“ zu sein, in der es neben der hohen Qualität der Arbeit auch gute Arbeitsergebnisse gibt (Sommer et al. 2006: 115). Somit ist schulisches Gesundheitsmanagement als integriertes Managementsystem zu verstehen und den schulischen Qualitätszielen verpflichtet.

Die Erfolge der Schule lassen sich an ihren Wirkungen und Ergebnissen ablesen (Behörde für Bildung und Sport 2006: 10). Die Bedingungen für das Gelingen sind Verfahren von Führung und Management sowie von Bildungs- und Erziehungsprozessen und berücksichtigen die schulspezifische Ausgangslage. Darüber hinaus lernt die Schule auch aus einem Vergleich mit idealtypischen Konzepten und Best-Practise-Beispielen, so dass daraus Entwicklungsimpulse aufgenommen werden können. Durch die Erfahrungen mit dem Projekt „Spannende Schule – entspanntes Miteinander“ haben die vier Modellschulen einen großen Erfahrungsvorsprung in der Bestandsaufnahme, in der Planung und Gestaltung, in der Auswertung und Optimierung von zielgerichteten Maßnahmen zur Gesundheitsförderung im Setting Schule. Zielklärungsprozesse wurden unter Beteiligung aller schulischen Akteure vollzogen, so dass sie daran anknüpfen und diese in die geforderten Ziel-Leistungs-Vereinbarungen aufnehmen können.

Durch diese Abschlussdokumentation erhalten auch andere Schulen Anregungen, Instrumente und Methoden für Zielvereinbarungen aus dem Bereich der Gesundheitsförderung.

Gesundheitsförderung in der Schule: nicht einfach, aber lohnend

Die auf den vorigen Seiten dargestellten Punkte zeigen auf, an welchem Entwicklungspunkt die vier Hamburger Modellschulen nach den zwei Jahren Projektlaufzeit angekommen sind und welche Entwicklungsstränge weiter zu verfolgen wären.

Sie machen auch deutlich, unter welchen komplexen Rahmenbedingungen schulische Gesundheitsförderung zu verwirklichen ist, und sollen die erreichten Leistungen betonen.

Beachtenswert und anerkennenswert ist das große Engagement der Schulen unter Beteiligung des Schulpersonals, der Schülerinnen und Schüler und auch der Eltern. Viel wurde auf den Weg gebracht, vieles wurde überdacht, und die Impulse für Verbesserungen wurden aufgegriffen. Für diese Erfolge braucht es immer wieder Menschen, die die Impulse und Möglichkeiten wahrnehmen, die offen für Neues sind und bereit sind, auf Worte Taten folgen zu lassen.

Die Kooperationspartner/-innen

Themenbereiche: Aidsprävention/Sexualität/Sexuelle Gewalt

Anbieter	Angebot	Inhalt	Besonderheiten	Kosten
AIDS-Hilfe Hamburg e. V. Lange Reihe 30–32 20099 Hamburg Tel.: 040 235199-0 www.aidshilfe-hamburg.de	**Schoolworker**	Präventionsveranstaltungen zu HIV für Schülerinnen und Schüler: Informationen zu Übertragungswegen, Möglichkeiten, sich vor HIV zu schützen, Sensibilisierung für die Probleme HIV-positiver Menschen und deren Lebenswelten	ab 8. Klasse In den Räumen der AIDS-Hilfe oder in der Schule	keine
Beratungsstelle Allerleirauh Beratung bei sexuellem Missbrauch Prävention von sexuellem Missbrauch Fortbildung Claudia Zampolin Menckesallee 13 22089 Hamburg Tel.: 040 298344-84 Fax: 040 434244-84 info@allerleirauh.de www.allerleirauh.de	**Prävention von sexualisierter Gewalt und sexuellem Missbrauch – rund um Anmache** Schulprojekt ab der 8. Jahrgangsstufe	Projekt "Prävention von sexualisierter Gewalt und sexuellem Missbrauch – rund um Anmache", in Kooperation mit Hamburger Schulen und mit der Beratungsstelle pro familia **Inhalte:** Liebe,Freundschaft, Sexualität, Sexualisierte Gewalt, Übergriffe im Chat, Übergriffe durch Jugendliche. Anknüpfungspunkt sind alltägliche Anmachsituationen aus dem Schulalltag **Ziele:** Wahrnehmung eigener Grenzen, Selbstreflexion und die Kommunikationsfähigkeit der Schüler/-innen **Dauer:** drei bis vier Monate	**Bausteine:** Lehrerinnen und Lehrer: Vorstellen des Projektes, Vorbereitungstreffen, Fortbildung, Auswertungstreffen, Beratung (Elternabende) **Mädchen/Jungen:** Projektwochen/-tage in Schulen, Beratungsstellenbesuche, Beratung, (Selbstbehauptungskurse für Mädchen) **Schulformen:** Gymnasien, Haupt- und Realschulen, Förderschulen, Schulen für Mädchen und Jungen mit so genannten Behinderungen **Methoden:** Bewegungsspiele, Gespräche, Rollenspiele, Wahrnehmungsübungen, „Talk Shows"	150 Euro
	Fortbildungen für Lehrkräfte	Basiswissen über sexualisierte Gewalt, Informationen über Möglichkeiten der Prävention und der Intervention, Präventionsmaterialien (z. B. Jugendliteratur und Spiele)		

Diese Liste erhebt keinen Anspruch auf Vollständigkeit. Die Darstellungen der Angebote sind zum Teil stark gekürzt und sollen einen Überblick vermitteln, in welchen Bereichen Schulen mit außerschulischen Partner/-innen kooperieren können. Stand: Juli 2006

Anbieter	Angebot	Inhalt	Besonderheiten	Kosten
pro familia Sexualpädagogik Kohlhöfen 21 20355 Hamburg; Tel.: 040 3099749-20 Fax: 040 3099749-31 www.profamilia-hamburg.de	**Schulklassenveranstaltung über 2 Stunden (ab 6 Kl.)**	Liebe, Freundschaft, Sexualität, Verhütung, Schwangerschaft, Sprache, dunkle Seiten der Sexualität	Geschlechtsgemischtes Team, interkultureller Ansatz, in den Räumen der pro familia	2 Euro pro TN
	Elternabende	Pubertät	vor Ort	150 Euro
	Kooperationsprojekt mit Allerleirauh: Prävention sex. Gewalt in 8. Jahrgängen	Anmache, „Was geht, was geht nicht“, Prävention sexueller Gewalt; Förderung der Kommunikation zw. den Geschlechtern s. Allerleirauh	Geschlechtsgemischtes Team, interkultureller Ansatz; integrierte Fortbildung der Lehrkräfte	
	Projektwochenbegleitung in Jahrgang 6	Liebe, Freundschaft, Sexualität, Sprache, Verhütung	Fortbildung der Lehrkräfte eines Jahrgangs, Aktionstag	450 Euro
	Elternabend in türkischer Sprache	Sexualität, Pubertät		150 Euro
	Interkulturelle Sexualpädagogik	Liebe, Freundschaft, Vielfalt von Sexualität	Längerfristige Projekte, nach Absprache mit den Schulen	Verhandlungssache
Zündfunke e.V. Christina Okeke Kieler Str.188 22525 Hamburg Tel.: 040 8901215 info@zuendfunke.com www.zuendfunke.com	**Präventionsprojekte gegen sexuellen Missbrauch** **Für Grundschulen:** Fortbildung für das Kollegium, Elternbildung, Projektarbeit mit Mädchen und Jungen **Für weiterführende Schulen:** Lehrer/-innenfortbildung, Projekteinheiten mit Schülerinnen und Schülern getrennt **Präventionskiste:** Medienbox, die nach Kurzfortbildung entliehen werden kann	Für Fortbildung und Elternbildung: Grundlagenwissen zu sexuellem Missbrauch, Hilfsangebote und Präventionsgrundsätze Für Schüler/-innen: • Gefühle • Körper • Kinderrechte • Geheimnisse • Hilfsangebote • Typisch Mädchen – typisch Junge	Alle Projekte werden von einer Kollegin und einem Kollegen von Zündfunke gemeinsam angeboten. Schwerpunkt ist die Qualifizierung und Stärkung der Kollegien vor Ort. Teile der Inhalte werden nach gemeinsamer Planung von den Schulen selbstständig umgesetzt.	Fortbildungen und Elternbildung kann unabhängig von dem Gesamtprojekt gebucht werden, wobei wir ein Honorar berechnen. Wenn das Gesamtprojekt gebucht wird, fallen lediglich pro teilnehmendem Kind 5 Euro Unkostenbeitrag an.

Themenbereiche: Gewaltprävention/Klassenklima/Soziales Lernen/Selbstbehauptung

Anbieter	Angebot	Inhalt	Besonderheiten	Kosten
Landesinstitut für Lehrerbildung und Schulentwicklung Beratungsstelle Gewaltprävention Dr. Christian Böhm Winterhuder Weg 11 22085 Hamburg Tel.: 040 42863-6244	**Personalqualifizierung**	Zentrale Fortbildungen am Landesinstitut für Lehrerbildung und Schulentwicklung (siehe Fortbildungsprogramm) und schulinterne Lehrerfortbildungen nach Vereinbarung (z. B. Gestaltung des Sozialklimas, Erarbeitung von Interventionsketten, Schulregeln)	Bitte erfragen	Bitte erfragen
	Systemqualifizierung	Begleitung von Schulen bei dem Prozess der Implementierung gewaltpräventiver Maßnahmen (z. B. Streitschlichtung, Projekt: soziales Lernen)		
	Einzelfallarbeit bei schweren Gewaltvorfällen	Systematische Bearbeitung von Einzelfällen nach der Arbeitsform Case Management, Coaching von Fachkräften/Fallberatung		
	Krisenintervention	Sofortmaßnahmen vor Ort, Krisenhilfe, Koordination der Maßnahmen		
Monika Els und Jens Richter Tel.: 040 33310115 Tel.: 040 4300391 els@theaterperpetuum.de	**Projekt „Schlag 12 Pause“ Theaterstück mit anschließendem Projekttag „Gewaltprävention“**	Das Stück zeigt in lockerer Szenenfolge eine Geschichte verschiedener Formen subtiler und offensichtlicher Gewalt im Alltag, wie sie insbesondere auch im schulischen Kontext anzutreffen sind. Im anschließenden Seminar werden konstruktive Handlungsweisen und Lösungen erarbeitet, die für die Jugendlichen selbst umsetzbar sind. Dazu werden Vorschläge gesammelt, praktisch im Rollenspiel erprobt und ausgewertet. Als Anknüpfungspunkte für die Erprobung alternativer Verhaltensweisen werden die eskalierten Konfliktsituationen des Stücks herangezogen. Daraus werden handhabbare und situationsangemessene Alternativen erarbeitet. Das Projekt zielt auf die Erweiterung der Handlungskompetenzen der Jugendlichen und damit auf eine Veränderung des schulischen Alltags u. a. auch in Hinblick auf die Verbesserung des Klassen- und Schulklimas.	Das Stück wird im Klassenzimmer direkt für und vor den Schülerinnen und Schülern gespielt. Die Schauspieler/-innen leiten auch das anschließende Seminar.	650 Euro (Theaterstück + Projekttag)
Ev. Schülerinnen- und Schülerarbeit im Jugendpfarramt der Nordelbischen Ev.-luth. Kirche Dr. Katrin Meuche Königstr. 54 22767 Hamburg Tel.: 040 30620-1373 Sekr.:-1370 Fax: -1379	**2-tägige Klassentagungen für Schulklassen ab Stufe 5**	Förderung des sozialen Lernens und des selbstbestimmten Handelns, Stärkung der Verantwortlichkeit für sich und die (Klassen-) Gemeinschaft, Arbeit mit Regeln und „Verträgen“ Themen: z. B. „Konstruktiver Umgang mit Konflikten (Mobbing)“, „Liebe, Freundschaft, Sexualität“, „Sucht und Pubertät“	Leitung: ehrenamtliche Mitarbeiter/-innen (Studierende)	10 Euro pro Person, Übernahme der Fahrtkosten für die Teamer/-innen, Übernachtung und Verpflegungskosten
	Beratung und Fortbildung für Lehrkräfte	Konflikte in der Klasse und Mobbing, Moderation von Konflikten in der Klasse	Dauer der Fortbildung: 3 Tage, findet in geeigneter Tagungsstätte statt.	

Anbieter	Angebot	Inhalt	Besonderheiten	Kosten
Institut für Konfliktaustragung & Mediation (ikm) Dieter Lünse An der Alster 40 20099 Hamburg Tel.: 040 280068-52 Fax: 040 284095-10 www.ikm-hamburg.de	**Fortbildung und Implementierung zum Klassenrat**	Fortbildung für Schüler/-innen (4 Tage) und Lehrer/-innen (1 Tag)		65 Euro/ Std.
	Stärkung der demokratischen Strukturen	Qualifizierung von Klassensprecher/-innen: Schüler/-innen übernehmen stärker Verantwortung für die Schule als Ganzes.	Kooperation mit der Schüler/-innenkammer und dem BLK Projekt Demokratie Leben & Lernen	
	Gewaltprävention	Projektwoche eines Jahrgangs anhand eines detaillierten Projekthandbuches: Beratung, Fortbildung, Begleitung und langfristige Implementierung		
	Konflikte in Gruppen	Konfliktmoderation durch Lernen im Team, Aufbau von gemeinsamen Regeln und Verbesserung des Klimas Mobbing: Training zum konstruktiven Umgang miteinander	Einzelne Klassen buchen diese Maßnahme und werden beraten, so dass ein individuelles Konzept zur Anwendung kommt.	
	Mediation in Gruppen	Eine neutrale dritte Person hilft, einen Weg aus Spannungen zu finden, wenn sie intern nicht lösbar sind.		
	Diskriminierung, Vorurteile und Ausgrenzung	Anti-Bias-Training: vorurteilsbewusstes Lernen durch Beratung, Fortbildung, Projektwochen und langfristige Begleitung		
Kaleidoskop Theater und Kommunikation Tel.: 0163 7339594 www.kaleidoskop-hamburg.de	**„Gewalt im Alltag – ist doch normal“** Theateraktion zum Mitdenken und Mitentscheiden für Jugendliche ab 12 Jahren 3 Projekttage	Zu Hause, in der Clique, in der Schule. Die Schauspieler/-innen von Kaleidoskop spielen drei Szenen bis zu dem Punkt, an dem der Konflikt eskaliert und die Gewalt beginnt: Jetzt übernehmen die Schüler/-innen die Regie. Sie suchen, diskutieren und schlagen Handlungsalternativen vor, wie die Gewalt hätte vermieden werden können. Diese Lösungsvorschläge werden von den Schauspielerinnen und Schauspielern dann szenisch dargestellt und im Abschlussplenum besprochen. Projekttage zur Auseinandersetzung mit Facetten von Gewalt und Handlungsmöglichkeiten	Dauer 9–12.30 h für maximal 4 Schulklassen Wir benötigen: • eine Bühne • einen Tisch mit 4 Stühlen • einen CD-Player • eine Tafel auf Rädern 2 Trainer/-innen pro Klasse	Theateraktion: 1000 Euro Projekttag, pro Klasse: 450 Euro

Fortsetzung auf der nächsten Seite

Anbieter	Angebot	Inhalt	Besonderheiten	Kosten
	Fortbildung für Lehrkräfte: Mit Spiel und Theater Konfliktfähigkeit fördern	Spielerische Erprobung und Reflexion der Inhalte des Konflikttrainings: Lehrer/-innen erlernen Methoden und Spiele für die Gestaltung von Projekttagen oder für ihren Schulalltag. Inhalte: Standbilder, Forumtheater, Kooperations- und Wahrnehmungsspiele, Grenzen wahrnehmen und setzen, konstruktive Konfliktansprache, Ich-Botschaften, Streittypen, Konfliktfähigkeit (Ich-Du-Meta-Kompetenz), Umgang mit Gefühlen	Dauer: 6–12 Std. Kompakt oder wöchentlich	60 Euro/Std.
	Eines Tages an der Brücke … Ein theaterpädagogisches Projekt zur konstruktiven Konfliktlösung Für Klassenstufe 3 Dauer: 2 Vormittage von 9–12.30 Uhr	In unserer Geschichte begegnen sich Charly mit seiner Geburtstagstorte und die Bäuerin mit frischen Eiern … Unterschiedliche Lösungsstrategien für den „Brückenkonflikt“ werden von den Kindern vorgeschlagen, gespielt und besprochen: Die Kinder lernen so, unterschiedliche Konfliktlösungsstrategien einzuschätzen, und erfahren im Spiel, wie Konflikte konstruktiv nach dem Win-win-Prinzip gelöst werden können. Am 2. Tag wenden die Schüler/-innen die Methode des Forumtheaters zur Lösung von Konflikten aus ihrem Alltag an. Diese werden durch Spiele zur Kooperation und Wahrnehmung von Gefühlen und Körpersprache ergänzt.	2 Trainer/-innen pro Klasse	800 Euro
	„Job City Bound“ Erlebnisorientiertes Projekt zur Berufsfindung	Stärkung der Ressourcen, Kooperation und Unterstützungssysteme innerhalb der Gruppe, Finden und Formulieren der eigenen Interessen und Wünsche, Mut und Durchhaltekraft Methoden aus der Spiel-/Erlebnis- und Theaterpädagogik	Ab Klasse 7 5 Tage Geschlechtsspezifisches Angebot Pro Gruppe zwei Trainer/-innen	pro Gruppe 1900 Euro
	Lehrer/-innenfortbildung „Spielerische Methoden zur Unterrichtsgestaltung“	Eine neue Klasse: die Anfangsphase mit Spielen und Übungen so gestalten, dass eine konstruktive Lernatmosphäre entsteht Spiele und Übungen zum Entspannen oder Dampfablassen zwischendurch Inhalte spielerisch umsetzen, so dass unterschiedlich Sinne und Lernkanäle angesprochen werden	Inhalte werden für die jeweilige Schulform der Lehrer/-innen zugeschnitten. Möglich für alle Schulformen	60 Euro/Std.

Anbieter	Angebot	Inhalt	Besonderheiten	Kosten
KoMeT – Konfliktberatung, Moderation und Training e. V. c/o Pechtold Ortrudstr. 18 22083 Hamburg Tel.: 040 328960-00 kontakt@komet-hamburg.org www.komet-hamburg.org	**Konfliktberatung**	• Mediation • Situationsanalysen • Prozessberatung und Supervision von Projekten • Flankierende Maßnahmen • Begleitung von Konfliktsituationen an Schulen durch Coaching und Konfliktmoderation	KoMeT bietet maßgeschneiderte Konzepte sowohl für Schulen als auch für Mitarbeiter/-innen und Zielgruppen sozialer Einrichtungen. Diese werden in enger Zusammenarbeit mit dem Auftraggeber entwickelt, begleitet und evaluiert. Je nach Gruppengröße und Thema Doppelbesetzung Durchführung vor Ort	60-80 Euro / 60 Minuten/ Trainer/in
	Moderation	• Begleitung von Gruppen zu Themen wie Kommunikation und Zusammenarbeit im Team • Durchführung von Konfliktmoderationen		
	Training	• Aufklärungs- und Trainingsarbeit zum Thema Konflikt, Gewalt & Zivilcourage • Streitschlichtungstrainings und Seminare zum Umgang mit kritischen Situationen • Weiterbildungen und Multiplikatorenausbildungen in Konfliktmoderation		
	Konzeption von eigenen Veranstaltungen und Projekten sowie Beantwortung von Anfragen verschiedener Institutionen nach Referentinnen und Referenten	Themenkreise Kommunikation, konstruktive Konfliktaustragung, Streitschlichtung, Klassenklima, Gewalt, Zivilcourage, kollegiale Beratung/Intervision für Lehrer/-innen		
Smart-Team Oberheim Menckesallee 20 22089 Hamburg Tel.: 040 88174793 info@smart.dem.de www.smart-team.de	**Selbstbehauptungs- und Konflikttraining für Kinder/ Jugendliche**	• Gewaltfrei Grenzen setzten • Zivilcourage auf dem Schulhof • Hilfe organisieren bei Konflikten		25 Euro pro Teilnehmer für 2 Tage
	Fortbildung für Lehrer/-innen und Erzieher/-innen	• Umgang mit aggressivem Verhalten von Schülern • Deeskalationstechnik • Methodenschulung: Rollenspiel/ Interaktionsspiele		Verhandlungsbasis
MUTiger Claudia Zampolin Christian Reichert Selbstbehauptungskurse für Mädchen und Jungen in der Grundschule Tel.: 040 41921913	**Selbstbehauptungskurse für Mädchen und Jungen der Grundschule**	Mädchen und Jungen sind im Alltag immer wieder mit Situationen konfrontiert, in denen ihre Grenzen überschritten werden. MUTiger unterstützt Kinder dabei: • mit schwierigen Situationen im Alltag umzugehen • ihre eigenen Stärken kennen zu lernen • ihren Gefühlen zu vertrauen • sich gegenseitig zu unterstützen • Hilfe und Unterstützung zu holen	Mindestanzahl von 16 Kindern Kostenfreie Schnupperstunden für Eltern und Kinder Information für Fachkräfte und Eltern	
			8-Wochen-Kurs à 1,5 Stunden	ca. 45 Euro/Kind
			5-Wochen-Kurs à 2 Stunden	ca. 40 Euro/Kind

Anbieter	Angebot	Inhalt	Besonderheiten	Kosten
Theater Perpetuum Julia Baum Tel.: 040 39804724 Monika Els Tel.: 040 33310115 info@theaterperpetuum.de www.theaterperpetuum.de	**„Tuhle & Knox“ und „Der Streit“** Mobile Theaterstücke über Freundschaft und Streiten für Grundschulen	**„Tuhle & Knox“** Tuhle und Knox ist ein Stück für Kinder über Stärken und Schwächen, Angst und Mut, Hoffnung und Enttäuschung sowie die Kraft der Freundschaft. Themen, die alle Kinder kennen. Am Ende stehen Hoffnung und Zuversicht. Tuhle und Knox sind beste Freunde. Zusammen stellen sie die Welt auf den Kopf. Sie fliegen nach Afrika, gehen auf Safari und spielen die tollsten Spiele. Eines Tages jedoch kommt es zu einem Streit, der alles zwischen den beiden verändert ... **“Der Streit“** Tuhle und Knox sind ratlos. Eben haben sie noch zusammen gespielt, und plötzlich befinden sie sich in einem heftigen Streit. Das passiert ihnen öfter: Missverständnisse, Regelverletzungen und Grenzüberschreitung führen dazu, dass sie sich ganz schön in die Haare bekommen. Das Stück zeigt unterhaltsam, dass Streiten und Vertragen normal sind und zu einer Freundschaft dazugehören. Es zeigt, welche Umgangsweisen Tuhle und Knox finden, um mit ihren Konflikten umzugehen und den Streit zu überwinden.	Die Stücke werden in der Schule gezeigt. Wir benötigen lediglich einen großen Raum. Die Schauspielerinnen können nach dem Stück von den Schülerinnen und Schülern interviewt werden. Bei Bedarf besteht die Möglichkeit, einen anschließenden Workshop zu buchen, bei dem die Schüler/-innen in die Rollen von Tuhle und Knox schlüpfen.	Angebot für Schulen: 3 Euro/Zuschauer (mind. 300 Euro)
leuchtaktiv Evelyn Taresch Bundesstr.12 29640 Schneverdingen Tel: 01601531892 mail@leuchtaktiv.de www.leuchtaktiv.de	**Gewaltprävention** • Selbstbehauptungskurse für Kinder (1. – 4. Klasse) • Selbstbehauptungskurse für Mädchen und Frauen • Lehrer/-innenfortbildung	Auseinandersetzung mit verschiedenen Formen der Gewalt: Grenzüberschreitungen, Mobbing oder Anmache Individuelle Selbstbehauptungsstrategien entwickeln, Selbstwertgefühl und Souveränität stärken, Grenzen erkennen und „Nein“ sagen lernen; Gefühle und Umgang mit Angst/Aggression; Intuition und Körperwahrnehmung; Verhalten in Gefahrensituationen/Hilfe holen gute und schlechte Geheimnisse (Grundschule) Methoden: Rollenspiele, Geschicklichkeitsübungen, Gesprächskreise u. v. m.	Projekte in Kitas, Schulen, Bildungseinrichtungen Kurse vor Ort Informationsabende für Eltern	Selbstbehauptung für Kinder: z B. 4x2 Std. (à 60 Min.); zzgl. je 1 Std. Vorbereitung/ Nachbesprechung max. 12 Teilnehmer/-innen ca. 60 Euro pro Kind (abhängig von TN-Zahl)

Themenbereiche: Bewegung/Schulhofgestaltung

Anbieter	Angebot	Inhalt	Besonderheiten	Kosten
Hamburger Forum Spielräume im Institut für urbane Bewegungskulturen e. V. Britta Kruse Mollerstr. 10 20148 Hamburg Tel.: 040 42838-4155 Fax: 040 42838-7027 forum@uni-hamburg.de	**Schule in Bewegung**	Beratung, Prozessbegleitung und Weiterbildung zur ökologischen und bewegungsfördernden Umgestaltung des Schulhofes unter Beteiligung aller Betroffenen (Schüler/-innen, Eltern, Lehrkräfte, Schulleiter/-in, Hausmeister)		Nach Absprache
	Die Bewegungsbaustelle	Fortbildung, Verleih und Verkauf der Bewegungsbaustelle Die Bewegungsbaustelle dient der psychomotorischen Entwicklungsförderung von Kindern sowie der Sicherheitserziehung.	Kann im Sportunterricht oder für die bewegte Pause eingesetzt werden.	Kosten der Lehrkräftefortbildung: Landesunfallkasse Hamburg
	Der öffentliche Raum als Lernort	Weiterbildung, Beteiligungsaktionen und Unterrichtsgestaltung zur Erkundung von Lernanlässen im öffentlichen Raum/Stadtteil		Nach Absprache
	Anderland	Weiterbildung, Beteiligungsaktionen und Unterrichtsgestaltung zur sinnlichen Erfahrung vom Leben mit Behinderungen		
	Kinderrechte-Werkstatt	Weiterbildung, Beteiligungsaktionen und Unterrichtgestaltung zur Auseinandersetzung mit dem Thema „Kinderrechte“		
	Forscherwerkstatt: „Von Sinnen“	Einführung und Unterrichtsmaterial für eine Projektwoche zur Sinnesschulung und Wahrnehmungsförderung		
Stadtfinder Martin Legge Sandweg 38 20257 Hamburg Tel.: 040 2509583 marlegge@aol.com in Kooperation mit dem Hamburger Forum Spielräume	**Vom Pausenhof zum Spielhof: Spiel- und Bewegungsförderung für das Schulgelände**	Ein Schulhof muss nicht immer gleich umgestaltet werden, um ihn für die Schüler/-innen wieder lebendig und attraktiv zu machen. Meist fehlt es jedoch an kreativen Ideen und neuen Impulsen, die innerhalb der Bewegungs-Monokultur (Fußball/Basketball) einfach einen Platz benötigen, um sich zu entfalten. Im Beteiligungsverfahren sind die Schüler/-innen, aber auch die Pädagoginnen und Pädagogen aufgerufen, ihren Schulhof als Bewegungslandschaft zu deuten und mit neuen Spielideen nachhaltig zu prägen.	Es entsteht dabei ein digitaler Spielplan des Schulgeländes, der die entwickelten Bewegungsstationen auf der Schul-Homepage wiedergibt und damit für alle Schüler und Klassen leicht abrufbar macht. Dieser Spielplan soll und kann sich über die Jahre weiterentwickeln, was durch jede Sportstunde, Nachmittags-AG oder Projektwoche möglich ist.	Je nach Aufwand Einweisung des Lehrkollegiums in die Methodik der Spielforschung: 50 Euro pro Stunde Erstellung eines Basisplans ca. 700 Euro

Anbieter	Angebot	Inhalt	Besonderheiten	Kosten
Hamburger Sportvereine Hamburger Sportjugend im HSB Conny Sonsmann Schäferkampsallee 1 20357 Hamburg Tel.: 040 41908-264	Ergänzende Sportangebote in Ganztagsschulen im Rahmen der Sportlichen Ganztagsförderung	Vereinsmodell: Schüler/-innen, die an sportlichen Ganztagsangeboten von Vereinen teilnehmen, werden Vereinsmitglied. (siehe Rahmenvereinbarung Sportliche Ganztagsförderung von der Hamburger Sportjugend, dem Hamburger Sportbund und der Behörde für Bildung und Sport)	Finanzierung der Mitgliedschaft von Schülerinnen und Schüler, die noch nicht Vereinsmitglied sind, erfolgt über Schulmittel im ersten Halbjahr. Danach fallen normale Mitgliedschaftsbeiträge für Schüler/-innen als Selbstzahler/-innen an. Förderberechtigte Schüler/-innen können über Kids in die Clubs (Hamburger Sportjugend) gefördert werden.	Vereinsmitgliedschaft im ersten Halbjahr pauschal 60 Euro pro Schüler/-in Danach normale Mitgliedsbeiträge als Selbstzahler/-innen oder Förderung über Kids in die Clubs

Themenbereich: Suchtprävention

Anbieter	Angebot	Inhalt	Besonderheiten	Kosten
Büro für Suchtprävention Irene Ehmke Repsoldstr. 4 20097 Hamburg Tel.: 040 2849918-10	**Durchführung von Elternabenden in Grundschulen, Haupt- Real-, Gesamt- und Sonderschulen, Gymnasien**	Themenbereiche rund um Suchtvorbeugung (zielgruppenorientiert aufbereitet): „Starke Kindheit – starkes Leben“ – den Erziehungsalltag mit Kindern und Familie suchtvorbeugend gestalten. Einzelveranstaltungen zu spezifischen Themen: • Umgang mit Medien • Konsum und Medien • Pubertät – neue Krisen, neue Chancen, neue Grenzen	• Themen können auch nach individuellen, spezifischen Wünschen gestaltet werden. • Die Veranstaltungen zu den Themen Medien und Konsum und Medien werden in Kooperation mit dem Hans-Bredow-Institut für Medienforschung angeboten. (2 Referentinnen). • Vorbereitungstreffen, umfangreiche Materialien/ Infotisch und Beratung für die Weiterarbeit	120 Euro für eine Abendveranstaltung von bis zu 3 Stunden Information und Kurzberatung im Büro für Suchtprävention sind kostenfrei. Veranstaltungen vor Ort werden nach Aufwand berechnet (Orientierung: analog zu Elternveranstaltungen).
	Beratung der pädagogischen Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter in Grundschulen, Haupt-, Real-, Gesamt- und Sonderschulen, Gymnasien	Kinder aus suchtbelasteten Familien – Grundlageninformation und Hilfemöglichkeiten	Die Veranstaltung zu Hilfen für Kinder aus suchtbelasteten Familien können gemeinsam mit der Beratungsstelle Kompaß durchgeführt werden.	

Anbieter	Angebot	Inhalt	Besonderheiten	Kosten
Suchtpräventions-zentrum Landesinstitut für Lehrerfortbildung und Schulentwicklung (LI) Hermann Schlömer Winterhuder Weg 11 22085 Hamburg Tel.: 040 42863-2472 www.li-hamburg.de/spz	**Zentrale und schulinterne Fortbildung, Beratung und Unterstützung von Lehrern und Lehrerinnen**	• zu suchtpräventiven Unterrichtsvorhaben, Projekten, Klassenfahrten • zum Unterrichtsmodul der Bertelsmann Stiftung „Schatzsuche“ • zur motivierenden Gesprächsführung im Umgang mit Suchtmittelkonsum • zum Thema „Essstörungen“ • zum Thema „Chatten“	Grundschule	
	Lehrerfortbildung zur Arbeit mit Unterrichtsprogrammen für Gesundheitsförderung, Sucht- und auch Gewaltprävention	„Fit und stark fürs leben“	Klassenstufen 1/2, 3/4, 5/6	
		„Eigenständig werden“	Klassenstufen 1–4, 5/6	
		„Die Schatzsuche“	Grundschule	
		„Selbstständig werden – Eigenständig bleiben“	Klassenstufen 7–10	
		„PeP“ (PersönlichkeitsförderungsProgramm)	für Schüler/innen mit besonderem Förderbedarf Klassenstufen 3–9 und BVS-Klassen	
	Elternfortbildungen	Suchtpräventionsveranstaltungen für Eltern an Schulen	Planung mit einer schulinternen Vorbereitungsgruppe	
		Training von Eltern zur Früherkennung, zur Gesprächsführung und zum Umgang mit Konflikten		
	Angebote für Schüler/-innen	Interaktiver Stationen-Parcours	Klassen ab der 9. Jahrgangsstufe	
		„Balling under control“	Doppelstunde mit einem US-amerikanischen Basketballprofi	
		Youth-to-youth-Schulungen	für Schüler/-innen der Klassen 8–11	
		Informations- und Reflexionsgespräche	für Schüler/innen der Sek. I und II	
	Projekte, Hilfen und Beratung zur Nichtraucherförderung sowie zur Umsetzung des Rauchverbots	Wettbewerb „Be smart –don’t start”	in Kooperation mit der HAG	
		Unterrichtseinheiten und -materialien zum Thema „Rauchen“	ergänzt durch Fortbildungen	
		„Fit für ohne“, Unterrichtsvorschläge für 9 Schulfächer		
		Kurs zum Rauchstop „... und Tschüss“ und andere Ausstiegshilfen für Schüler/-innen		
	Hilfe/Praxisberatung bei Krisensituationen und Vorfällen in Zusammenhang mit Drogenkonsum und Suchtgefährdungen	Runde Tische, Lehrerkonferenzen, Elternabende, Schulklassengespräche, Einzelfallhilfe		

Themenbereich: Gesundheitsförderung

Anbieter	Angebot	Inhalt	Besonderheiten	Kosten
Landesinstitut für Lehrerfortbildung und Schulentwicklung Gesundheitsförderung und Sexualerziehung Beate Proll Hartsprung 23 22529 Hamburg Tel.: 040 42801-3714	**Bereitstellung professioneller Partner in den unterschiedlichen Handlungsfeldern**	• Schulhofgestaltung: Regina Marek/ Bereich Umwelterziehung LI • Ernährung u. a. in Kooperation mit der HAG • Psychische Erkrankungen: Irre Menschlich e. V. • Bewegung: Bereich Sport LI • Chronische Erkrankungen: Selbsthilfegruppen, Wilhelmstift, GKV u. a. • Sanitäterausbildung: LUK, Malteser, Caritas u. a. • Lehrergesundheit: Barbara Tiesler/LI • Lärmprävention: u. a. Landesunfallkasse • Sexualerziehung: pro familia, Beratungsstellen gegen sexuelle Gewalt • Schulinterne Beratung für Gesundheitsförderung	auf Anfrage	zu erfragen
Landesinstitut für Lehrerfortbildung und Schulentwicklung Personalentwicklung: Lehrergesundheit Barbara Tiesler Hohe Weide 12 20357 Hamburg Tel.: 040 42801-2793 Fax: 040 42801-2948 barbara.tiesler@li-hamburg.de	**Gestaltung von pädagogischen Konferenzen zum Thema Gesundheit am Arbeitsplatz Schule**	Lehrergesundheit fördert die Qualität von Schule. Zielrichtung von gesundheitsfördernden Fortbildungsmaßnahmen im Rahmen von Schulentwicklung: die Stärkung von kollegialen Kräften und Ressourcen, die Verringerung von Risikofaktoren (Prävention), der Erhalt von Gesundheit, Arbeitszufriedenheit und Leistungsfähigkeit	Fast alle Seminarangebote können auf Anfrage auch als schulinterne Qualifizierung organisiert werden.	
	Persönliche Beratung unter dem Aspekt „Gesundheit am Arbeitsplatz Schule“			
	Coaching und Supervision zur Orientierung und zur Auseinandersetzung mit der Berufsrolle und Unterstützung des gesundheitsfördernden Selbstmanagements		Alle Supervisionsangebote werden auf Anfrage schulintern oder schulübergreifend regional bzw. zentral organisiert. Das maximale Stundenkontingent beträgt 20 Unterrichtsstunden	
	Lehrerinnen und Lehrer gestalten ihre Schule		Ganztagskonferenz: Arbeitsplatz Schule • Kommunikations- und • Kooperationsstrukturen • Umgang mit Regeln • Innerschulisches Zeitmanagement • Teambildung und Teamentwicklung • Stressbewältigung • Gesundheitsförderndes Lehrkräfteverhalten	
	Fortbildungen	• Stimmtraining • Stressbewältigung • Konflikttraining • Erfolgreiche Kommunikation • Einführung von Gesundheitszirkeln		

Anbieter	Angebot	Inhalt	Besonderheiten	Kosten
Verband für Turnen und Freizeit e. V. Landesorganisation Hamburg Schäferkampsallee 1 20357 Hamburg Tel.: 040 41908-236 Fax: 040 41908-202 www.gym-akademie.de www.vtf-hamburg.de	**für Lehrerinnen und Lehrer**	Einmalige Workshops (Theorie und Praxis): • Fit am Arbeitsplatz durch • Entspannung und Stressabbau • Gutes für Rücken und Nacken • Ergonomie am Arbeitsplatz (Schreibtischarbeit)	Ansprechpartnerin Ulrike Heldt Tel.: 040 41908-247 heldt@vtf-hamburg.de	Kosten für • 4 Unterrichtseinheiten/Person: 50 Euro • 8 Unterrichtseinheiten/Person: 100 Euro Mindestteilnehmer/-innenzahl 10 Personen, max. 20 Personen
	Fortbildungen	Lehrerinnen und Lehrer haben auch die Möglichkeit, an Fortbildungen der VTF-Gym-Akademie teilzunehmen. Mit Schulstempel: Teilnahme zu Mitgliedskonditionen		
	Aktiv-Wochenenden Fitness und Gesundheit	Aktiv-Wochenenden oder -Wochen mit den Schwerpunkten: • Fitness und Gesundheit • Wellness und Beauty • Fasten und Meditation • Yoga und Pilates • Radsport und Marathon • Skispaß und Nordic Walking • für Kollegien als Gruppenreise oder als Angebot für einzelne Interessierte	Ansprechpartnerin: Karen Beigel Tel.: 040 41908-239 beigel@vtf-hamburg	
	Für Schülerinnen und Schüler	Der VTF vermittelt Kontakte zu Turn- und Sportvereinen im Umfeld der Schule.	Ansprechpartner: Klaus Euteneuer-Treptow Tel.: 040 41908-272 euteneuer@vtf-hamburg)	

Themenbereich: Ernährung

Anbieter	Angebot	Inhalt	Besonderheiten	Kosten
Ökomarkt Verbraucher- und Agrarberatung e. V. **Bio für Kinder – gutes Essen in Kita und Schule** Osterstrasse 58 20259 Hamburg Tel.: 040 4327060-1 Fax: 040 4327060-2 bio-fuer-kinder@oekomarkt-hamburg.de www.oekomarkt-hamburg.de	**Beratungsangebote für Schulleitungen und Verantwortliche der Schulverpflegung**	Einführung einer ausgewogenen teilökologischen Schulverpflegung		Die Beratungsangebote sind in der Regel kostenlos. Bei der Durchführung von Kantinen-Events trägt die Schule in der Regel die anfallenden Kosten z. B. für Lebensmittelverkostungen, Kochaktionen etc.
		Einführung von biologischen und fair gehandelten Produkten in das Schulkiosksortiment		
		Unterrichtseinheiten zur Ernährungserziehung (nachhaltiger Konsum, Herkunft der Lebensmittel)		
		Planung und Unterstützung bei Kantinen-Events (Apfelaktionstag, Kräuteraktionstag etc.)		
		Fortbildungsangebote für Lehrer/-innenkollegien und Elternvertretungen		

Anbieter	Angebot	Inhalt	Besonderheiten	Kosten
Ökomarkt Verbraucher und Agrarberatung e.V. Schule und Landwirtschaft Osterstrasse 58 20259 Hamburg Tel.: 040 43270-600 Fax.: 040 43270-602 schule-und-landwirtschaft@oekomarkt-hamburg.de www.oekomarkt-hamburg.de	**Hofführungen und Aktionstage auf Bauernhöfen/Gärtnereien oder Orten der Verarbeitung und des Handels mit ökologischen Produkten**	Kinder und Jugendliche wissen meist wenig über die Entstehung der Lebensmittel. Themen wie Getreideanbau, Gemüse- oder Obstanbau, aber auch artgerechte Tierhaltung werden am Ort des Geschehens mit allen Sinnen erlebbar gemacht. Auch der Besuch beim Bäcker, beim Fleischer oder an den Orten der Vermarktung ist möglich, um die Lebensmittel entlang der Wertschöpfungskette zu verfolgen. Das Projekt berät Lehrkräfte bei der Durchführung von Unterrichtseinheiten zu allen Themen der ökologischen Lebensmittelerzeugung und -verarbeitung.	Nach telefonischer Beratung werden die Angebote auf die jeweilige Zielgruppe hin zugeschnitten. Alle außerschulischen Lernorte sind mit dem HVV zu erreichen. Die Angebote richten sich an alle Schulformen und Klassenstufen.	Exkursionstermine am außerschulischen Lernort kosten in der Regel: 2,50 Euro/Person
	Durchführung von Lehrerfortbildungen			
	Verleih von Aktionskisten: Getreide/ Hühner und Eier			
	Unterrichtsmaterial zu ökologischem Landbau/einzelne Lebensmittel			
	Beratung zur Durchführung von Projektwochen			
Hamburgische Arbeitsgemeinschaft für Gesundheitsförderung e. V. (HAG) Dörte Frevel Repsoldstr. 4 20097 Hamburg Tel.: 040 6322220 Fax.: 040 6325848 www.hag-gesundheit.de	**Ernährungsbaukasten**	Unterrichtseinheiten für die Grundschule zu den Themen Klassenfrühstück – klasse Frühstück • Obst/Gemüse • Getreide • Getränke • Süß und fettig • Sensorik • Esskultur	Eltern/Kind-Workshop in Schulen	Keine, außer für Lebensmittel
	Fortbildung für Erzieher/-innen und Lehrkräfte	Grundlagen der Psychomotorik – Tagesseminar	Findet samstags statt.	50 Euro

Themenbereich: Entspannung/Stressabbau

Anbieter	Angebot	Inhalt	Besonderheiten	Kosten
Dietlind Zimmermann Trainerin für Bewegung/Entspannung/ Kampfkunst, Regisseurin/Dramaturgin Detlev-von-Liliencron-Str. 25 22851 Norderstedt Tel.: 040 205129 www.tai-chi-lebenskunst.de	**Lehrerfortbildungen**	Einführung: Übungen zur Konzentrationsförderung und Entspannung im Klassenraum	Angebote als „Kostprobe“ (3 Std.) wie auch als Tagesfortbildung	35 bis 65 Euro pro Unterrichtsstunde, je nach Projekt und Vereinbarung
		Sprach- und Bewegungsspiele zur Kommunikations- und Artikulationsförderung	Angebot für die Grundschule	
		Entspannung für Lehrer u. a.: Einführung in die meditative Körperübung Tai Chi	Dauer nach Vereinbarung (3 Std., ein Tag, 12 Termine à 2 Std. etc.)	
	für Schüler/-innen	Übungen zur Konzentrationsförderung und Entspannung im Klassenraum	Alle Angebote sind möglich: • im Rahmen von Projekttagen und Projektwochen • als fortlaufender Schulhalbjahreskurs im Rahmen der Ganztagsbetreuung • als Trainingskurs im Unterrichtsrahmen	
		Sprach- und Bewegungsspiele zur Artikulationsförderung		
		Cool bei Stress – locker bei Streit! Übungen aus dem Tai Chi und Qigong für den westlichen Schüleralltag		

Übergreifende Themenbereiche

Anbieter	Angebot	Inhalt	Besonderheiten	Kosten
Carola Kleinschmidt Glücksburgerstr. 3 22765 Hamburg Tel.: 0177 3084609 carola.kleinschmidt@gmx.net	**Kreatives Schreiben mit Schülerinnen und Schülern**	Jeder kann schreiben. Eine Schreibreise zur eigenen Kreativität Einen Roman schreiben– ein Gemeinschaftsprojekt, das Kreativität und Klassenzusammenhalt stärkt	Auch wer meint, nicht schreiben zu können, entdeckt beim Kreativen Schreiben oft ungeahntes Schreib-/Erzähltalent. Die gemeinsame Arbeit an den Projekten stärkt das Miteinander in der Klasse/der Gruppe. Jeder findet seinen Platz bei dieser Art, gemeinsam zu arbeiten.	10 Stunden à 40 Euro (400 Euro) ideal sind je 2 Stunden am Stück.
	Herstellung einer Schüler/-innenzeitung	Schüler/-innen erstellen eine Zeitung zu Themen wie Stress in der Schule, Freundschaft, Erwachsenwerden etc.	Die Themen kommen von den Schülerinnen und Schülern, die Texte ebenso – die Identifikation mit den Texten und der Zeitung ist deshalb groß – der Stolz auf das geschaffene Werk ebenso. Gerade die Struktur Zeitung eignet sich sehr zum gemeinsamen Arbeiten von ganz verschiedenen Teilnehmerinnen und Teilnehmern.	5 bis 10 Stunden à 40 Euro – je nach Thema. Am besten an ein oder zwei Tagen als Workshop
Junge Volkshochschule Claudia Schneider Mönckebergstr. 17 20095 Hamburg Tel.: 040 209421-19	**Gewaltprävention**	3 Module zur Auswahl: • Teambildung • Konfliktregulierung • Zivilcourage Begleitendes Lehrer/-innencoaching	Trainer/-innendoppelbesetzung Arbeit mit spiel- und theaterpädagogischen Mitteln	Eigenbeteiligung der Schulen erforderlich
	Interkulturelles Training/Lernen	Ab 5. Klasse: „Interkulturelles Lernen“ Ab 8. Klasse: „Betzavta“: Demokratie, Toleranz + Menschenrechte	Training für Grundschule in Vorbereitung	bitte erfragen
	Sprachen	z. B. Englisch-Crashkurse		
	Personale Kompetenzen	Kommunikation, Teamarbeit, Präsentationstechniken		
	IT	Basiswissen, Webdesign		
	Medien	Fernsehwerkstatt, Videoprojekt		
	Gesundheit	Yoga, Entspannung, Ernährung		
	Berufsorientierung	Schülercoaching in 7 Modulen für BV-Klassen		
	Stadtteilprojekte	Zusammenarbeit mit Zeitzeugengruppe Blankenese und Seniorenbüro		
	Begabtenförderung	Frühjahres- und Herbstakademie: kreatives Schreiben und PC		
	Künste	Theater, Musik, Tanz etc.		
Bunte Kuh e.V. Nepomuk Derksen Große Brunnenstr. 75 22763 Hamburg Tel.: 040 39905431 Buntekuhev@t-online.de www.buntekuh-hamburg.de	**Lehm-Baukunst-Aktion**	Baukunst als Mitmach-Aktion: ca. 2 Wochen lang können Kinder und Jugendliche frei modellierte und begehbare Räume und Skulpturen nach eigenen Entwürfen mit Hilfe von Lehm, Wasser und Feuer bis zur Höhe von 3 m errichten. Unter fachlicher Betreuung entsteht unter einem Zeltdach, je nach Fantasie der kleinen und großen Baumeister, durch deren Hände eine neue Stadtlandschaft. Wichtige Erfahrungen der Teilnehmer/-innen sind die Überwindung von sozialen und kulturellen Grenzen und die Entwicklung eigener Gestaltungskompetenz. Generationenübergreifendes Lernen in der Schule und im Stadtteil	Die Aktionen sind für alle Altersstufen des Lernens geeignet (vom Kleinkind bis zum Erwachsenen). Als komplexes Lernereignis verdeutlicht und fördert das Lehmbau-Konzept das komplexe soziale Gefüge an der Schule, bezieht Lehrer, Eltern, Schüler, Nachbarn und Partner aus dem Stadtteil mit ein, überwindet soziale und kulturelle Schwellen, verbessert die Kommunikation und ermöglicht ein breites Spektrum an fächerübergreifendem Unterricht: • Umwelterziehung • Techniklehre, Physik • Geschichte, Deutsch, Religion • Darstellende Kunst, Theater-, Tanz- und Musikaufführungen	Ab 15.000 Euro entspricht 1.500 TN/ 1 ½ Std. Prüfung von Modellförderungen der öffentlichen Hand oder durch Stiftungen

Anbieter	Angebot	Inhalt	Besonderheiten	Kosten
Netzwerk Gute Leute Tel.: 040 23517190 info@guteleute.net www.guteleute.net	**Seminare** **Projekte** **Fortbildungen** **Beratung** **Klassengemeinschaftstage**	• Kommunikation/Konflikte • Medien: Radio, Zeitung, Theater • Liebe, Freundschaft, Sexualität • Beteiligung • Gesundheitsförderung • Stadtabenteuer	Wir machen pädagogische Projekte, die bewegen. Wir arbeiten im Team und verbinden unterschiedliche pädagogische und bewegungsorientierte Ansätze.	Auf Anfrage (hängen von der Art des Angebotes ab)
Planen mit Phantasie Hamburg Jens Zussy Julius-Ludowieg-Str. 86 21073 Hamburg Tel. und Fax: 040 32873945 www.planen-mit-phantasie.de	**Fortbildungen und Trainings für Jugendliche und Erwachsene**	Workshops zu den Themen • Beteiligung • Projektmanagement • Moderations- und Präsentationstechniken • Mentale Fitness – Lernen lernen • Kreativitätstechniken • Corporate Identity	Teilnehmer/-innen arbeiten in den Workshops an Themen aus ihrem Schul- oder Arbeitsbereich.	Je nach Umfang ab 350 Euro Finanzielle Förderung möglich
	Unterschiedlichste Beteiligungsverfahren wie Open Space Technology, Beteiligungsspiralen, Zukunftswerkstätten und World Cafés	Planung von unterschiedlichsten Themen aus dem schulischen oder außerschulischen Bereich, wie z. B. Teambildung in der Klasse, Klassenraumgestaltung, Schulfestplanung, komplette Schulhofumgestaltung, Kooperationsprojekte, Lebensplanung, Konzeptentwicklung	Ganzheitliche Beteiligung von der Idee über die aktive Umsetzung bis zur Nutzung.	Preis auf Anfrage. Finanzielle Förderung möglich
	Sozialraum- und Lebensweltanalyse	Kinder und Jugendliche entdecken als „Expert/-innen in eigener Sache“ durch Fotostreifzüge ihren Stadtteil und erarbeiten Jugendkulturenkataster oder Nadelmethoden	Stark aktivierende Indoor- und Outdoormethoden	
	Die LernBar Ein Angebot für Schüler/-innen und Lehrer/-innen	Modulares Aus- und Fortbildungsprogramm mit Schwerpunkten zum eigenständigen Arbeiten und Lernen • Projektmanagement • Arbeitsmethoden • Präsentation • Moderation	Dieses Training wird sowohl für Schüler/-innen oder Lehrer/-innen als auch Schulklassen gemeinsam mit ihren Lehrkräften angeboten. Einpassung in den regulären Stundenverlauf oder Intensiv-Workshop über einen ganzen Tag	Preis auf Anfrage, finanzielle Förderung möglich
	Methoden zum Abschalten und Konzentrieren	Erprobung verschiedener Entspannungs- und Konzentrationsübungen zur Entdeckung der idealen Methoden	Diese Workshops werden für Kinder, Jugendliche und Erwachsene konzipiert	Preis auf Anfrage
	Cool sein – cool bleiben Gewaltprävention für die Sekundarstufe I	Training zum Erwerb von Handlungskompetenz in Gewaltsituationen wie z. B. das frühzeitige Erkennen und Vermeiden von Gewalt	Ein Dialog über Gewalt wird ermöglicht und neue Lösungsansätze werden in den Alltag einbezogen	Preis auf Anfrage

Weitere Kooperationspartner/-innen des Projektes

Fridtjof-Nansen-Schule Hermann Städtler	Leipzigerstr. 38 30179 Hannover Tel.: 0511 1684-5540
Fachbereich Bildung und Qualifizierung – Stadtteilkulturarbeit Marianne Heyden-Busch	Friedrichswall 15 30159 Hannover Tel.: 0511 1684-3320

Die Hamburger Krankenkassen halten weitere Angebote für Schulen im Bereich Gesundheitsförderung bereit. Diese sind konkret bei den einzelnen Kassen oder bei der HAG zu erfragen.

Literatur

Arbeitsgemeinschaft der Spitzenverbände der Krankenkassen: Gemeinsame und einheitliche Handlungsfelder und Kriterien der Spitzenverbände der Krankenkassen zur Umsetzung von § 20 Abs. 1 und 2 SGB V. Bergisch-Gladbach 2003

Arbeitsgemeinschaft der Spitzenverbände der Krankenkassen: Leitfaden Prävention. Bergisch Gladbach 2006

Barkholz, Ulrich/Israel, Georg/Paulus, Peter/Posse, Norbert: Gesundheitsförderung in der Schule. Ein Handbuch für Lehrerinnen und Lehrer aller Schulformen. Soest 1998

Baumert, Jürgen et al.: PISA 2000 – die Länder der Bundesrepublik Deutschland im Vergleich. Zusammenfassung zentraler Befunde, Max-Planck-Institut für Bildungsforschung. Berlin 2002

Behörde für Bildung und Sport: Orientierungsrahmen – Qualitätsentwicklung an Hamburger Schulen. Hamburg 2006

Forum Fortbildung 4/02: Gesund in der Schule

Gellert, Manfred/Nowak, Claus: Teamarbeit, Teamentwicklung, Teamberatung. 2004

Hamburgische Arbeitsgemeinschaft für Gesundheitsförderung: Stadtpunkte 2/2006. Spannende Schule – entspanntes Miteinander. Hamburg 2006

Klewin, Gabriele/Tillmann, Klaus-Jürgen/Weingart, Gail: Gewalt in der Schule in: Heitmeyer/Hagan (Hrsg.): Internationales Handbuch zur Gewaltforschung. 2002

Kliche, Thomas et al.: Prozess- und Ergebnisevaluation des Projektes „Spannende Schule – entspanntes Miteinander“. Hamburg 2006

Liebald, Christiane: Leitfaden zur Selbstevaluation und Qualitätssicherung, Bundesministerium für Familie, Senioren, Frauen und Jugend. Bonn 1998

Ravens-Sieberer, Ulrike/Thomas, Christiane: Gesundheitsverhalten von Schülern in Berlin. Ergebnisse der HBSC-Jugendgesundheitsstudie 2002 im Auftrag der WHO. Robert-Koch-Institut. Berlin 2003

Robert-Bosch-Stiftung: Gesundheitsförderung in der Schule. Förderungsprogramm „Gesunde Schule“. Ergebnisse und Empfehlungen. Stuttgart 2006

Schilling, Gert: Moderation von Gruppen. Der Praxisleitfaden für die Moderation von Gruppen, die gemeinsam arbeiten, lernen, Ideen sammeln, Lösungen finden und entscheiden wollen. Berlin.

Schulprogramm der **Geschwister-Scholl-Gesamtschule**. Hamburg

Schulprogramm des **Gymnasiums Farmsen**. Hamburg 2003

Schulprogramm **Schule Oststeinbeker Weg**. Hamburg 2003 + 2004

Schule Steinadlerweg Schulprogramm. Hamburg

Sommer, Dieter/Altenstein, Christine/Kuhn, Detlef/ Wiesmann, Ulrich: Gesunde Schule. Gesundheit, Qualität, Selbstständigkeit. Frankfurt a. M. 2006

Stab, Nicole/Hacker, Winfried: Schulische Gesundheitsförderung – werden berufsbildende Schulen vergessen? In: Prävention. Zeitschrift für Gesundheitsförderung. 4/2005

Stadtdiagnose 2, **Behörde für Umwelt und Gesundheit.** Hamburg 2002

Verordnung über die Arbeitszeit der Lehrerinnen und Lehrer an staatlichen Schulen. Hamburg 2003

Wustmann, Corinna: Resilienz. Widerstandsfähigkeit von Kindern in Tageseinrichtungen fördern. Weinheim und Basel 2004

www.quint-essenz.ch

www.euro.who.int/ENHPS

Impressum

Herausgeberin:

Hamburgische Arbeitsgemeinschaft für
Gesundheitsförderung e.V. (HAG)

Repsoldstr. 4, 20097 Hamburg
Tel.: 040 6322220
Fax.: 040 6325848

buero@hag-gesundheit.de
www.hag-gesundheit.de

Text und Inhalt: Beatrice Roggenbach
Redaktion: Carola Kleinschmidt
Lektorat: Birgit Utz

Cover: Elga Voss
Gestaltung und Satz: Kristian Hagen

Fotos: Gymnasium Farmsen, Geschwister-Scholl-Gesamtschule, Schule Steinadlerweg, Schule Oststeinbeker Weg, Institut für Konfliktaustragung und Mediation, Martin Legge, Dietlind Zimmermann, Sabine Tengeler, Hamburgische Arbeitsgemeinschaft für Gesundheitsförderung e. V.
Druck: Drucktechnik

Auflage: 1000 Exemplare

Hamburg, August 2006

Das Projekt wurde finanziell durch die Hamburger Krankenkassen und Krankenkassenverbände gefördert.