

# Leitidee der „Guten gesunden Schule“

Definition und Erläuterungen

# Vorbemerkung: „Meine“ Regeln

---

## ▶ Gut für sich selbst sorgen!

- Pausen
- Nachfragen/Ergänzungen
- spezifische Themen

## ▶ Gut zu den Anderen sein!

- Unterstützung und konstruktive Rückmeldung
- Vertraulichkeit der Informationen

## ▶ Arbeitsmaterial steht online zur Verfügung!

- Dropbox-Link

`https://www.dropbox.com/sh/jha09fedhnd1c4o/AAD\_mwRKjxZ1Xidts9ro9B39a?dl=0`

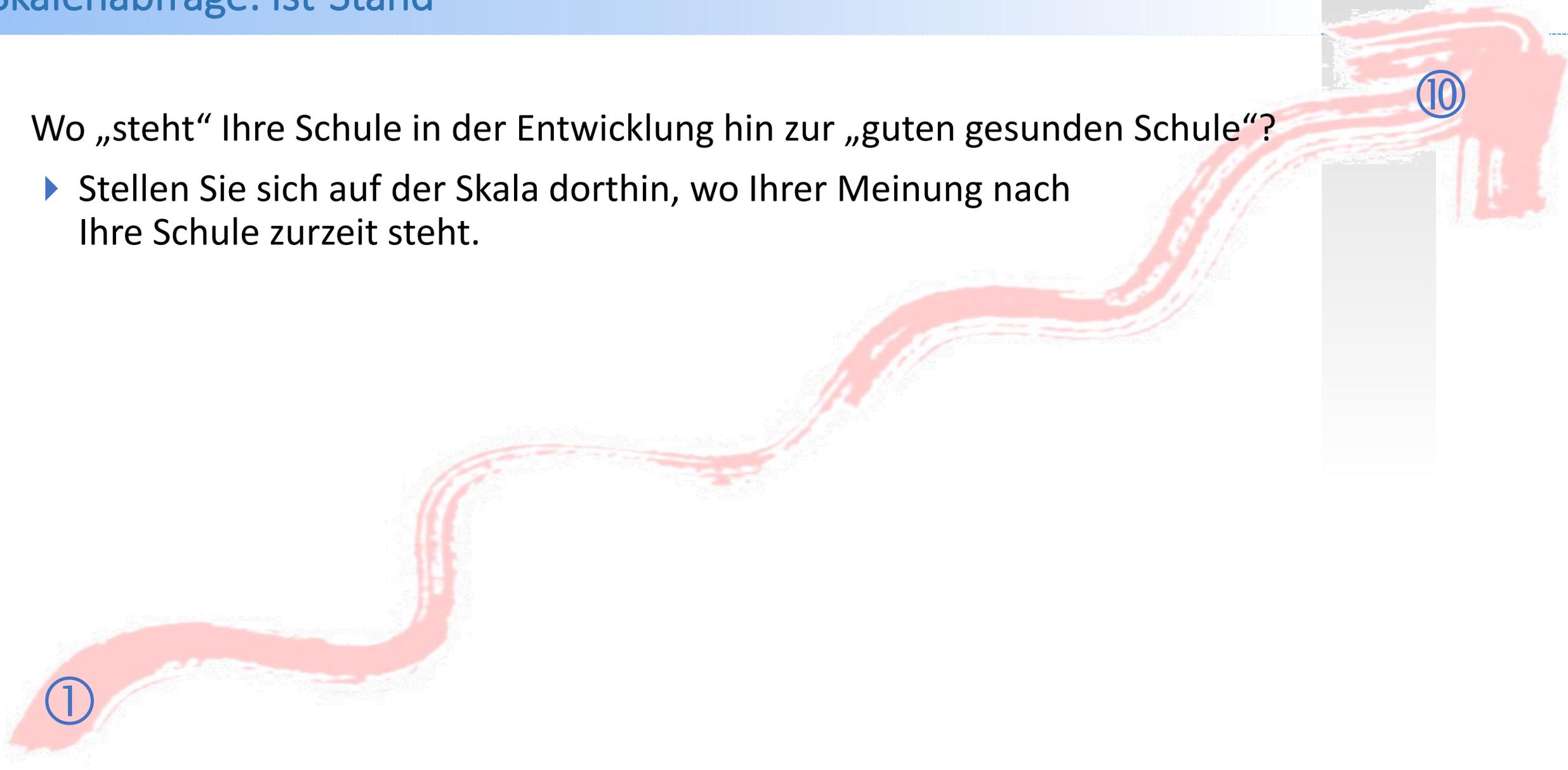
- Anfragen unter `norbert@posse.de`

Du sollst niemandem Überzeugungen rauben, die ihn glücklich machen, es sein denn, du kannst ihm etwas Besseres dafür geben.  
(Johann Kaspar Lavater, 1741-1801)



Wo „steht“ Ihre Schule in der Entwicklung hin zur „guten gesunden Schule“?

- ▶ Stellen Sie sich auf der Skala dorthin, wo Ihrer Meinung nach Ihre Schule zurzeit steht.



Wo „steht“ Ihre Schule in der Entwicklung hin zur „guten gesunden Schule“?

- ▶ Stellen Sie sich auf der Skala dorthin, wo Ihrer Meinung nach Ihre Schule zurzeit steht.
- 🗨 Notieren Sie für sich stichwortartig, was Sie an Ihrer Schule bereits im Sinne der guten gesunden Schule realisieren, sodass Sie sich auf die Position stellen können, auf der Sie stehen.

①

⑩

# Skalenabfrage: Ideen von guter gesunder Schule

Wo „steht“ Ihre Schule in der Entwicklung hin zur „guten gesunden Schule“?

- ▶ Stellen Sie sich auf der Skala dorthin, wo Ihrer Meinung nach Ihre Schule zurzeit steht.
- 🗨️ Notieren Sie für sich stichwortartig, was Sie an Ihrer Schule bereits im Sinne der guten gesunden Schule realisieren, sodass Sie sich auf die Position stellen können, auf der Sie stehen.
- 🗨️ Tauschen Sie sich mit zwei bis drei Personen in Ihrer Nachbarschaft darüber aus, was Sie sich unter der 10 vorstellen und notieren Sie zentrale gemeinsame Vorstellungen auf zwei bis drei Moderationskarten.

1

10

# BEGRIFFSKLÄRUNGEN

Leitidee und Merkmale der guten gesunden Schule  
Argumente und Hintergründe

# Die Leitidee der „guten gesunden Schule“

# Gesundheitsverständnis im Konzept des Landesprogramms

„Gesundheit wird mehrdimensional als physisches, psychisches, soziales und ökologisches, sich wechselseitig beeinflussendes Wohlbefinden verstanden.

Damit werden das subjektive Befinden sowie das gesundheitsbezogene Verantwortungsbewusstsein der Beteiligten ins Zentrum gestellt.“

BuG-Konzept 2017:4



Konzept  
des Landesprogramms  
Bildung und Gesundheit NRW  
ab 01.08.2017

## Gute gesunde Schulen ...

- ▶ stellen ein positives **Schulklima** her und bewahren es
- ▶ behalten die **Beziehungen** aufmerksam im Blick
- ▶ beachten das **Wohlbefinden** aller Beteiligten

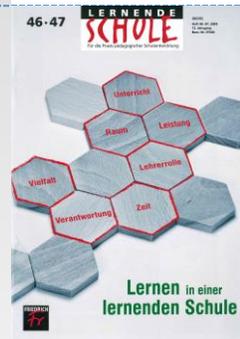
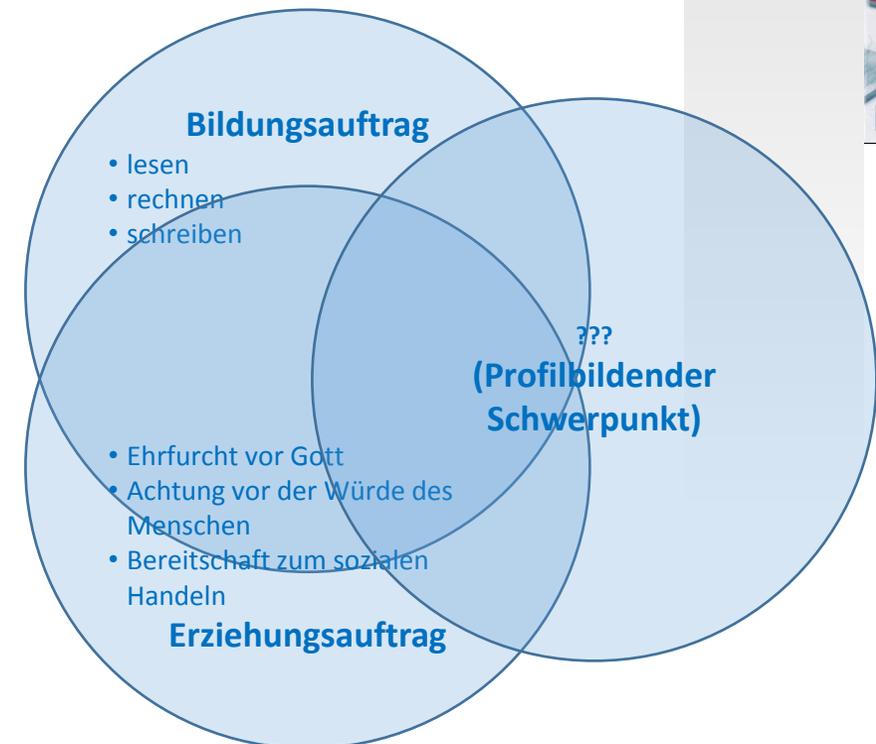


Tina Hascher (Hg.) (2004). Schule positiv erleben: Ergebnisse und Erkenntnisse zum Wohlbefinden von Schülerinnen und Schülern. Bern: Haupt

Die „gute Schule“ erfüllt ihren Bildungs- und Erziehungsauftrag in exzellenter Form,

in der Regel durch:

- ▶ Aufbau stabiler Teamstrukturen
- ▶ Unterrichtsentwicklung vom Lernen aus
- ▶ Leistungsforderung
- ▶ Nutzung der Vielfalt als Chance
- ▶ Gestaltete Lernumgebung
- ▶ Nutzung des fremden Blicks

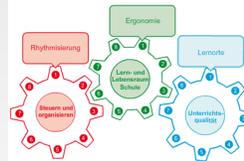


Otto Seydel (2009).  
Sechs Gelingens-  
bedingungen guter  
Schulen. Lernende  
Schule 46-47/2009

Die „gesunde Schule“ ergänzt ihren Bildungs- und Erziehungsauftrag um Inhalte der Gesundheitsförderung,

in der Regel durch:

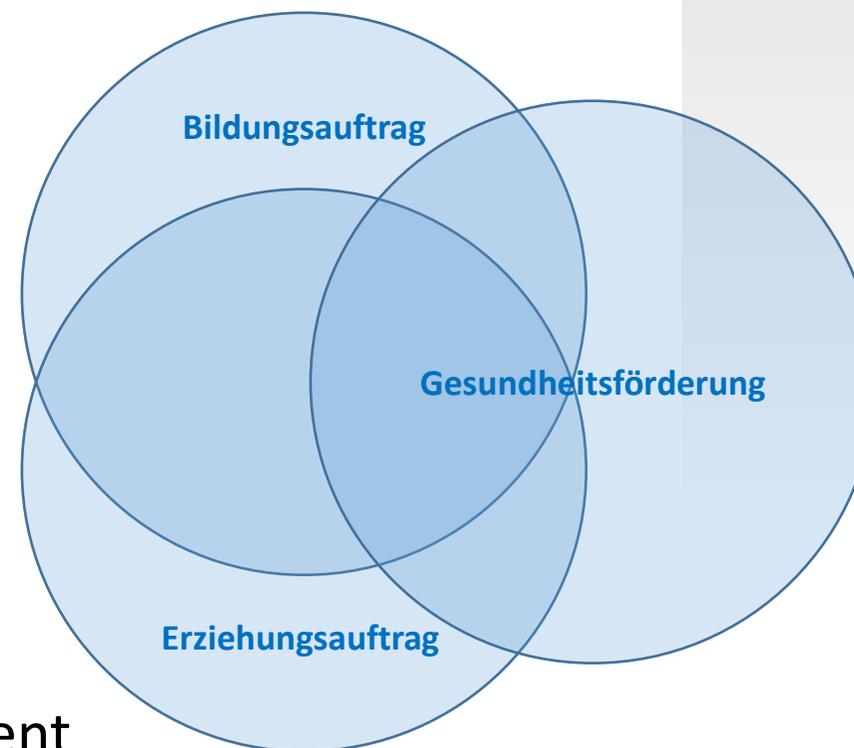
- ▶ Ernährung
- ▶ Bewegung
- ▶ Entspannung
- ▶ (Lehrergesundheit)



Die „gute gesunde Schule“ nutzt zusätzlich die Erkenntnisse der Gesundheitsforschung zur Optimierung ihres Bildungs- und Erziehungsauftrags,

in der Regel durch:

- ▶ gemeinsame Vorstellung von Schule, Lernen und Unterricht
- ▶ salutogenes Leitungshandeln
- ▶ Wohlfühlklima (Unterstützung und Hilfe)
- ▶ Hilfreiche Evaluation und Feedback
- ▶ integriertes Gesundheits- und Qualitätsmanagement

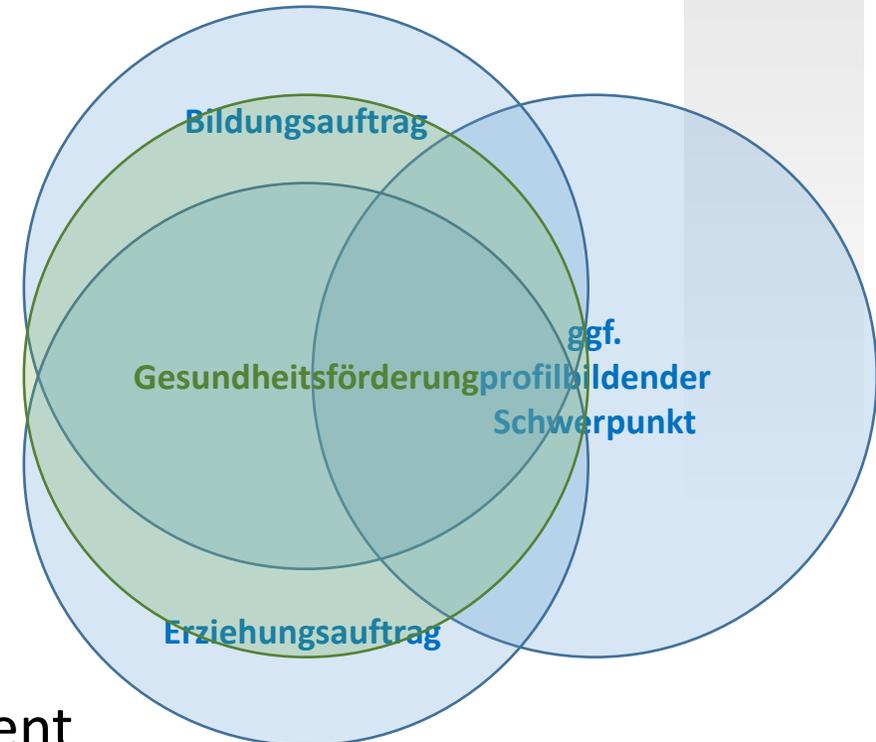


# Gute gesunde Schule

Die „gute gesunde Schule“ nutzt zusätzlich die Erkenntnisse der Gesundheitsforschung zur Optimierung ihres Bildungs- und Erziehungsauftrags,

in der Regel durch:

- ▶ gemeinsame Vorstellung von Schule, Lernen und Unterricht
- ▶ salutogenes Leitungshandeln
- ▶ Wohlfühlklima (Unterstützung und Hilfe)
- ▶ Hilfreiche Evaluation und Feedback
- ▶ integriertes Gesundheits- und Qualitätsmanagement



# Merkmale einer guten gesunden Schule

Kultur

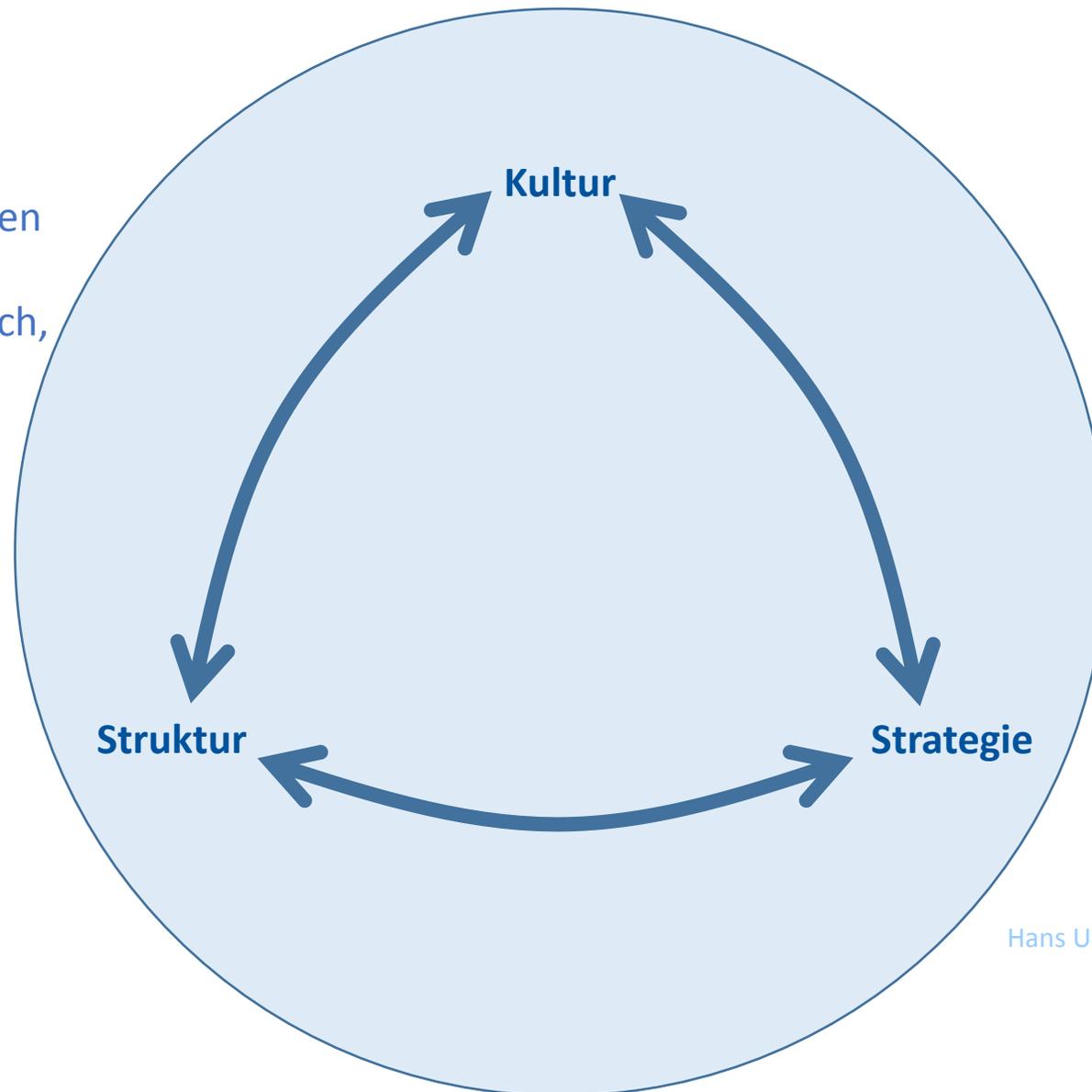
Struktur

Strategie/Praxis

# St. Galler Management-Modell

## Rahmenbedingungen

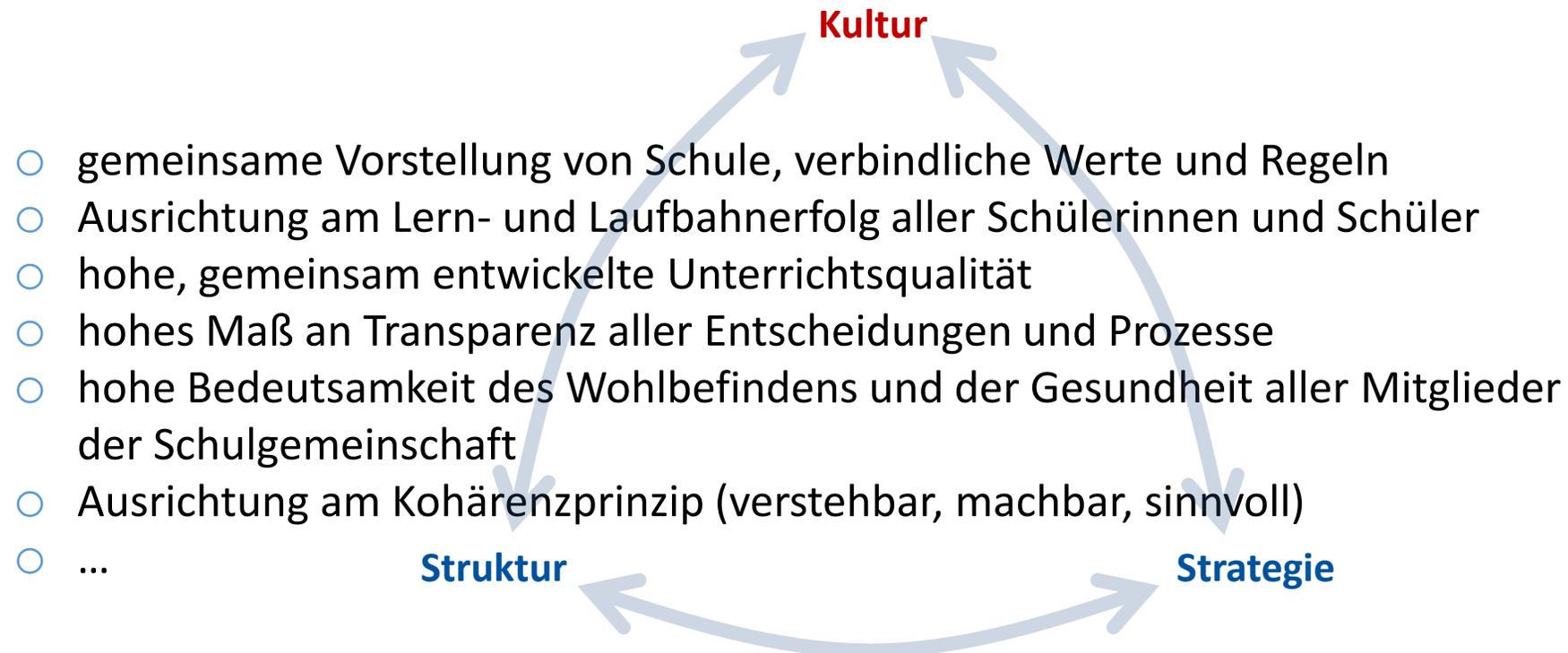
- bildungspolitischer Rahmen: Gesetze, Erlasse, Verordnungen
- kommunaler Rahmen: soziale Struktur/Einzugsbereich, abgebende, konkurrierende, aufnehmende Systeme
- Kooperationspartner
- Gebäude und Schulgelände: Architektur/Raum
- Ausstattung
- ...



Hans Ulrich 1988

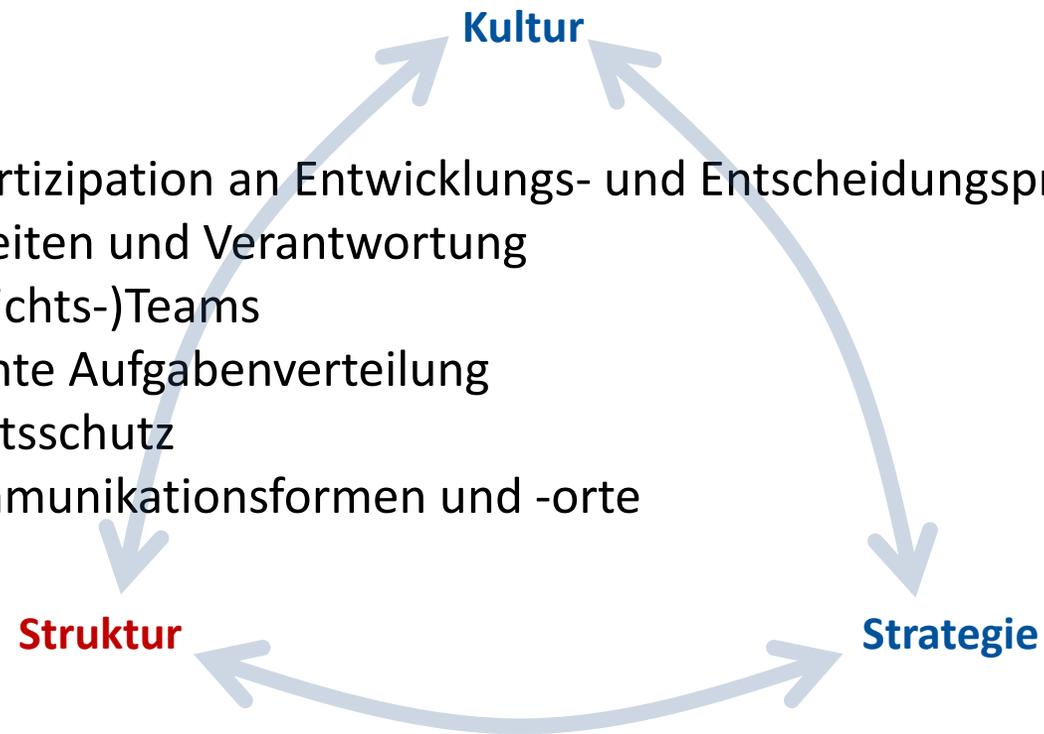


Hans Ulrich und Gilbert Probst (1988). Anleitung zum ganzheitlichen Denken und Handeln. Ein Brevier für Führungskräfte. Bern: Haupt



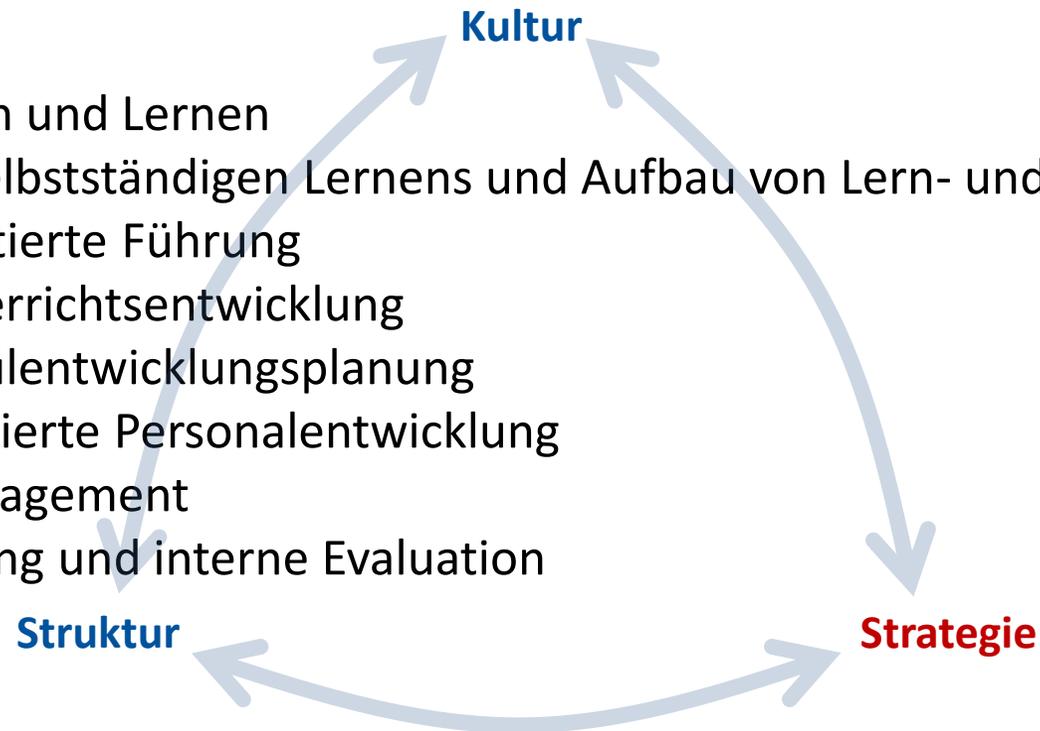
# Struktur der guten gesunden Schule

- angemessene Partizipation an Entwicklungs- und Entscheidungsprozessen
- klare Zuständigkeiten und Verantwortung
- Arbeit in (Unterrichts-)Teams
- belastungsgerechte Aufgabenverteilung
- Wirksamer Arbeitsschutz
- zuverlässige Kommunikationsformen und -orte
- ...



# Strategie der guten gesunden Schule

- sichtbares Lehren und Lernen
- Förderung des selbstständigen Lernens und Aufbau von Lern- und Gesundheitskompetenzen
- mitarbeiterorientierte Führung
- kooperative Unterrichtsentwicklung
- langfristiger Schulentwicklungsplanung
- ressourcenorientierte Personalentwicklung
- Gesundheitsmanagement
- Qualitätssteuerung und interne Evaluation
- ...



## Kurzdefinition: Gute gesunde Schule

---

- ▶ Eine gute gesunde Schule verständigt sich über ihren **Bildungs- und Erziehungsauftrag**, setzt ihn erfolgreich um und leistet damit einen Beitrag zur Bildung für nachhaltige Entwicklung.
- ▶ Sie weist **gute Qualitäten** in ihren pädagogischen Wirkungen und ihrem Bildungs- und Erziehungserfolg, der Qualität von Schule und Unterricht sowie der Gesundheitsbildung und -erziehung von Schülerinnen und Schülern aus.
- ▶ Sie sorgt für die stetige und nachhaltige Verbesserung dieser Bereiche durch die **konsequente und systematische Anwendung von Erkenntnissen der Gesundheits- und Bildungswissenschaften**.

▶ Netzwerk „bildung + gesundheit“ Schweiz – OPUS NRW – anschub.de (Bertelsmann Stiftung) 2005

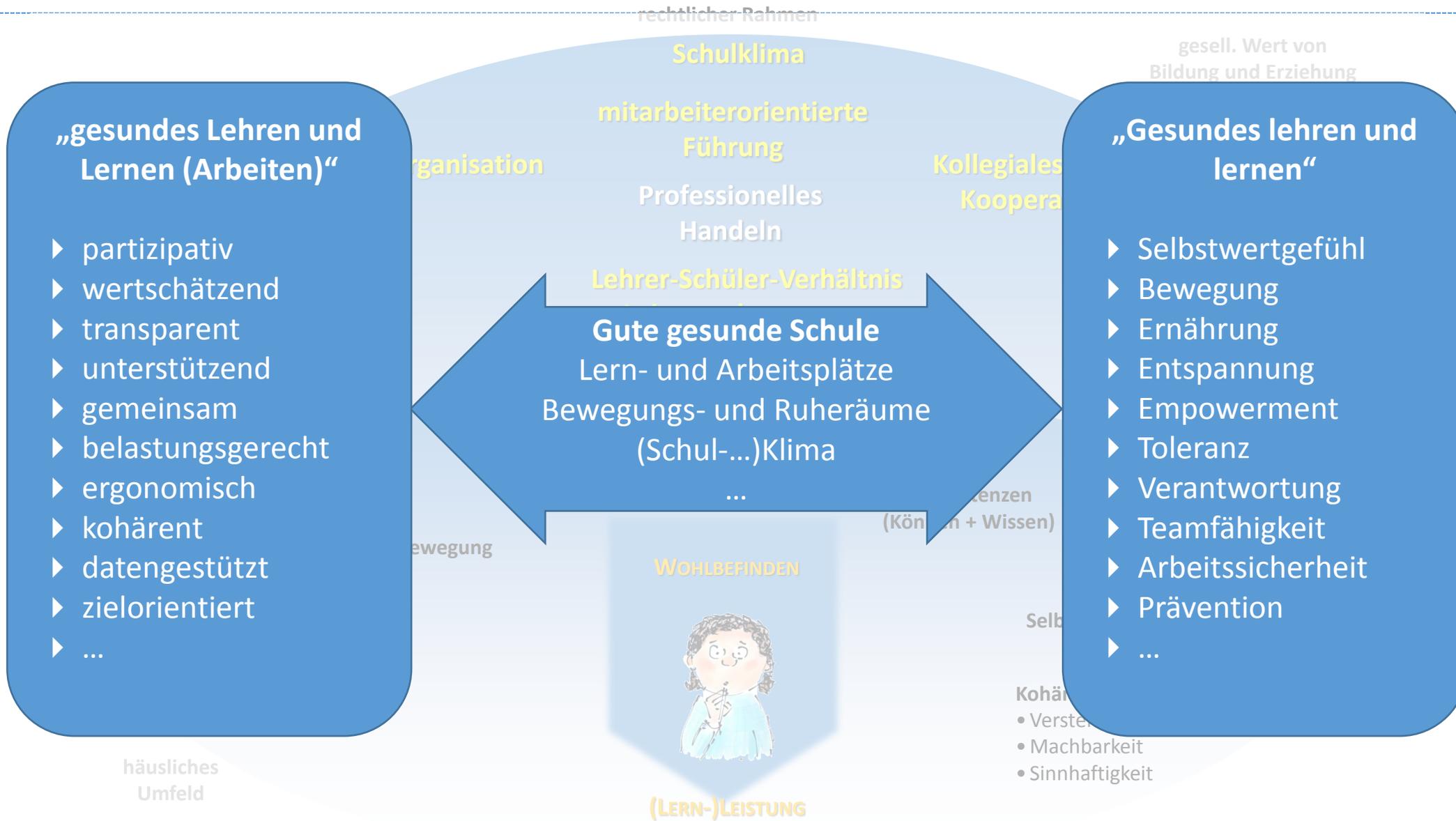
# Definition der guten gesunden Schule im Landesprogramm

Eine gute gesunde Schule ist demzufolge eine Schule, die Unterricht und Erziehung, Lehren und Lernen, Führung und Management sowie Schulkultur und Schulklima durch geeignete Maßnahmen gesundheitsförderlich gestaltet und so die Bildungsqualität insgesamt verbessert.

Gleichzeitig verwirklicht sie die spezifischen Gesundheitsbildungsziele, die zu ihrem Bildungs- und Erziehungsauftrag gehören. Darüber hinaus nutzt die Schule auch das präventive und gesundheitsförderliche Potential originär pädagogischer Maßnahmen (z. B. der individuellen Förderung und der Inklusion) für die Erhöhung der Gesundheitsqualität der schulischen Akteure und des Systems Schule als Ganzes.

**BuG-Konzept 2017:4**

# Das „Wie“ und das „Was“ der guten gesunden Schule



## „gesundes Lehren und Lernen (Arbeiten)“

- ▶ partizipativ
- ▶ wertschätzend
- ▶ transparent
- ▶ unterstützend
- ▶ gemeinsam
- ▶ belastungsgerecht
- ▶ ergonomisch
- ▶ kohärent
- ▶ datengestützt
- ▶ zielorientiert
- ▶ ...

## „Gesundes Lehren und lernen“

- ▶ Selbstwertgefühl
- ▶ Bewegung
- ▶ Ernährung
- ▶ Entspannung
- ▶ Empowerment
- ▶ Toleranz
- ▶ Verantwortung
- ▶ Teamfähigkeit
- ▶ Arbeitssicherheit
- ▶ Prävention
- ▶ ...



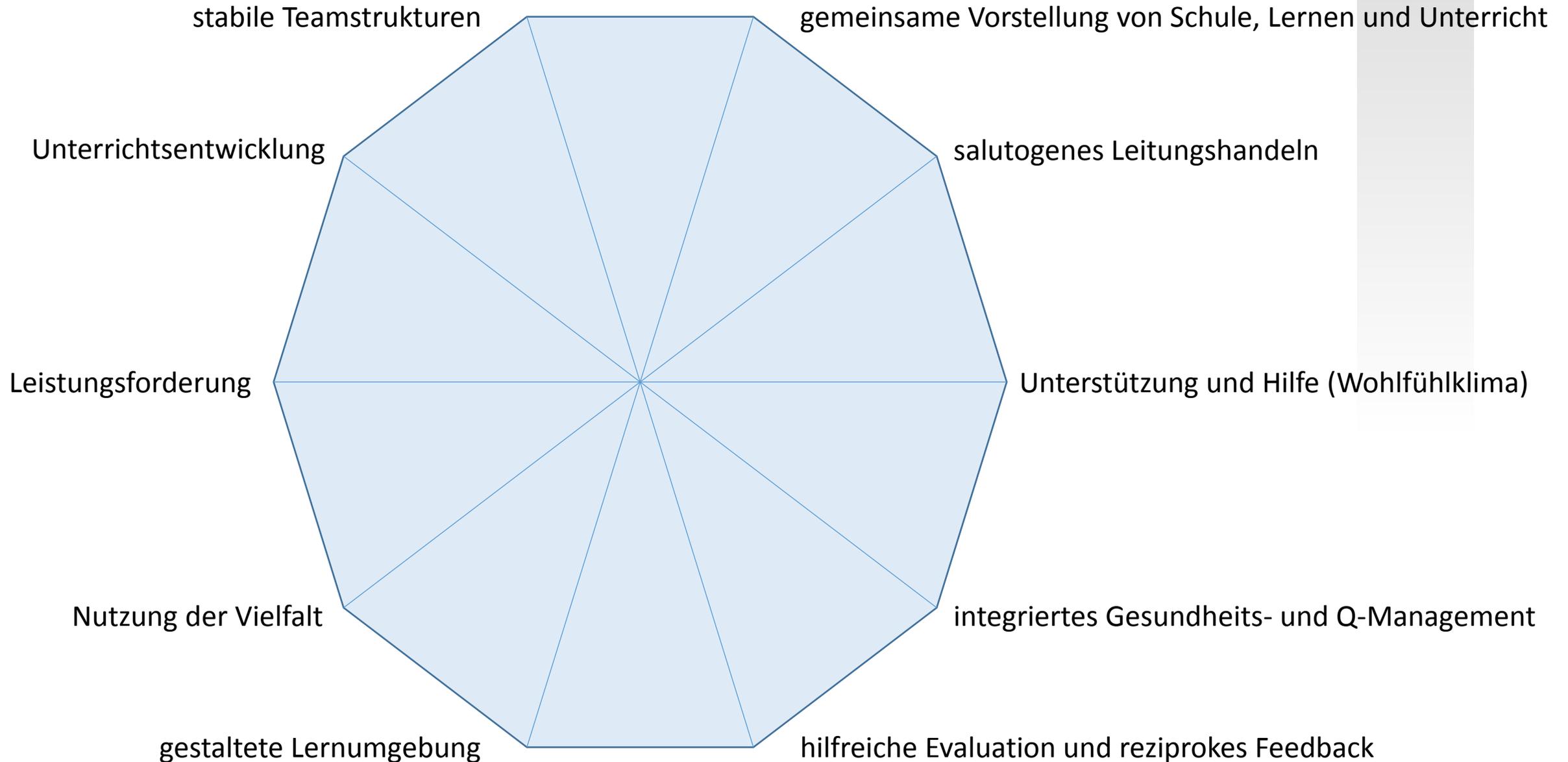
**(LERN-)LEISTUNG**

# Modelle guter gesunder Schule → Checklisten

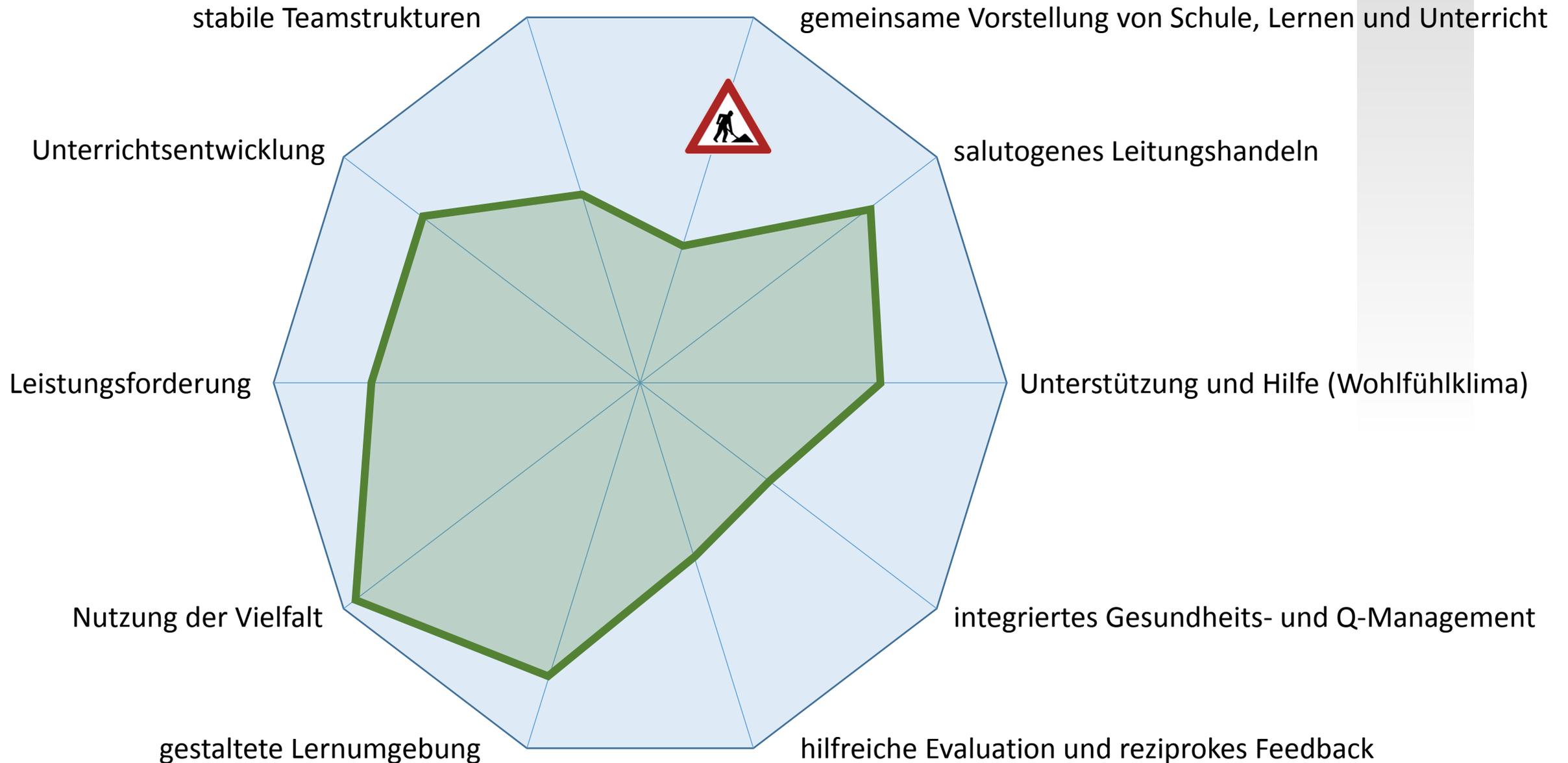
---

- ▶ IQES-Qualitätstableau des Landesprogramms „Bildung und Gesundheit“
- ▶ Kultur – Struktur – Strategie/Praxis
- ▶ Schulentwicklungspreis „gute gesunde Schule“ der Unfallkasse
- ▶ Schnelltest: Selbstdiagnose

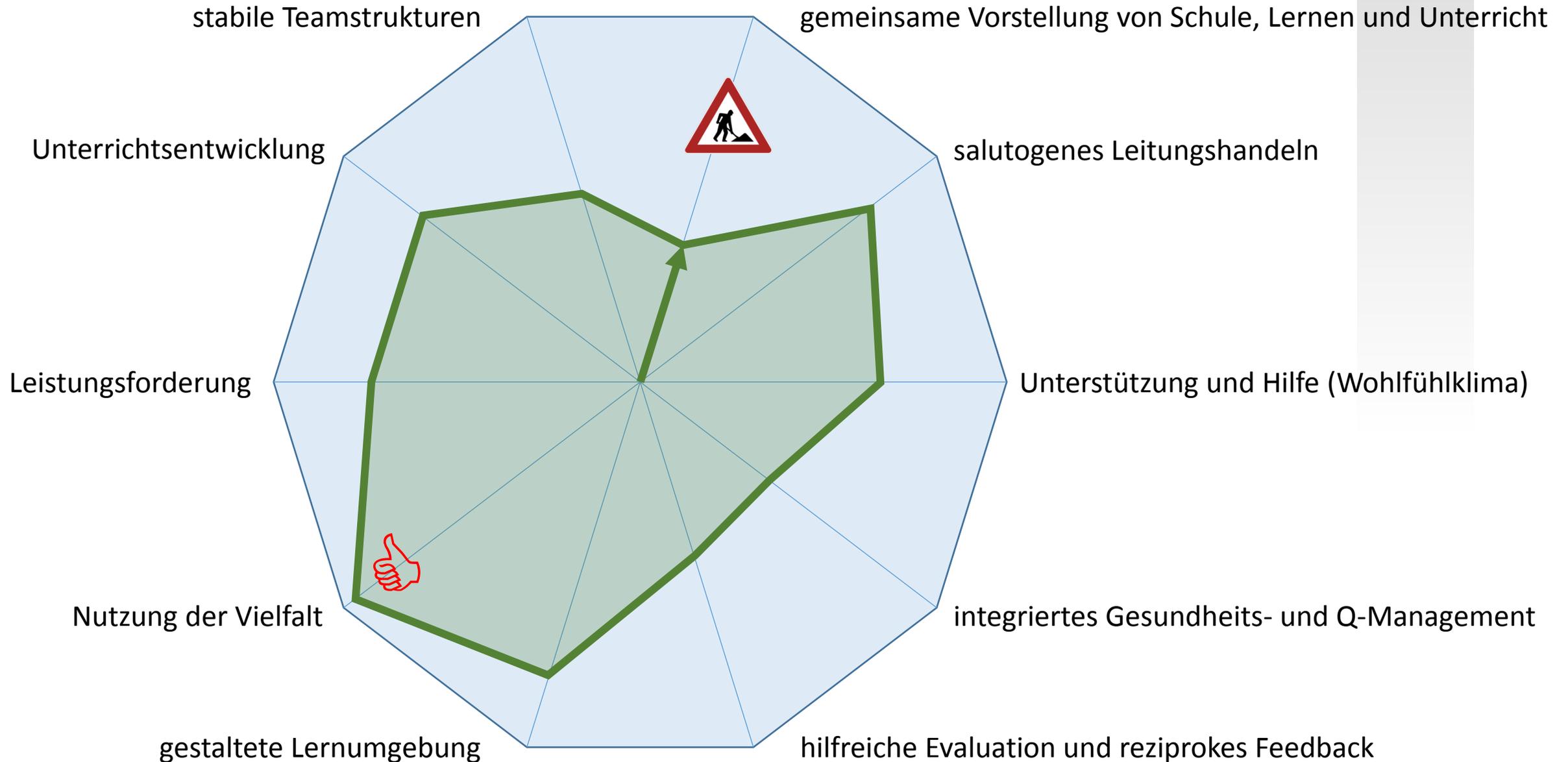
# Selbstdiagnose: Ist-Stand und Entwicklungsbedarf



# Selbstdiagnose: Ist-Stand und Entwicklungsbedarf



# Selbstdiagnose: Ist-Stand und Entwicklungsbedarf



-  Markieren Sie in dem Spinnennetz-Diagramm Ihren subjektiven Eindruck in Bezug auf die Ausprägung der Merkmale an Ihrer Schule.
-  Setzen Sie sich mit zwei Personen aus der gleichen Schulform zusammen. Erläutern Sie die „Spitzen“ Ihrer Selbstdiagnose und erzählen Sie,
  - was Ihre Schule konkret in diesem Bereich leistet und
  - wie Ihre Schule es geschafft hat, in diesem Bereich so gut zu sein.

# Hintergründe: Argumente

VERSTEHBARKEIT – oder warum es sich lohnt, über Gesundheit und Schule nachzudenken

SINNHAFTIGKEIT – oder wann es sich lohnt, die eigene Schule zu verändern

MACHBARKEIT – oder wie es gelingt, Veränderung dauerhaft zu etablieren

# Verstehbarkeit

Warum es sich lohnt, über  
Gesundheit und Schule  
nachzudenken.



# Es lohnt sich, weil wir wissen ...

... dass dem „psychischem Befinden“ (Wohlbefinden) bei der Leistungsfähigkeit eine besondere Bedeutung zukommt.

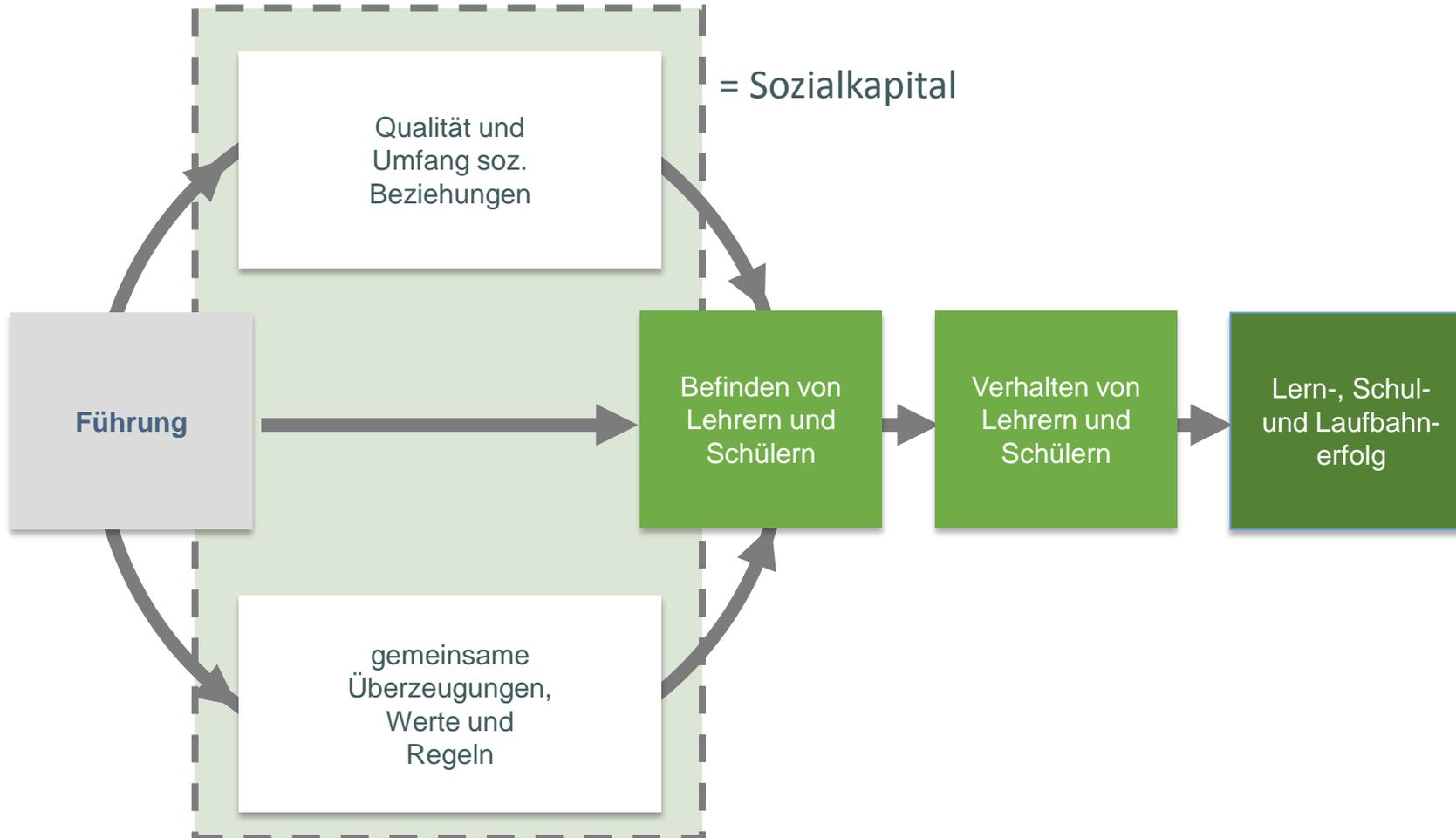
- ▶ **Wohlbefinden** bestimmt die Funktionsfähigkeit des Menschen
- ▶ **Arbeits- und Organisationsbedingungen** wirken sich auf das Befinden aus und haben erhebliche Rückwirkungen auf Freizeitverhalten, Partnerschaft und Familienleben
- ▶ anhaltende bzw. akute Verschlechterung des Befindens (Angst, Hilflosigkeit, Selbstvertrauen, Selbstwertgefühl) verursachen einen Großteil der Ausfallzeiten und Unfälle



Bernhard Badura (2008)  
Was Schulen von Unternehmen lernen können. In  
Brägger/Posse /Israel  
(Red.) Argumente für  
eine gute gesunde  
Schule. Bern: hep-Verlag

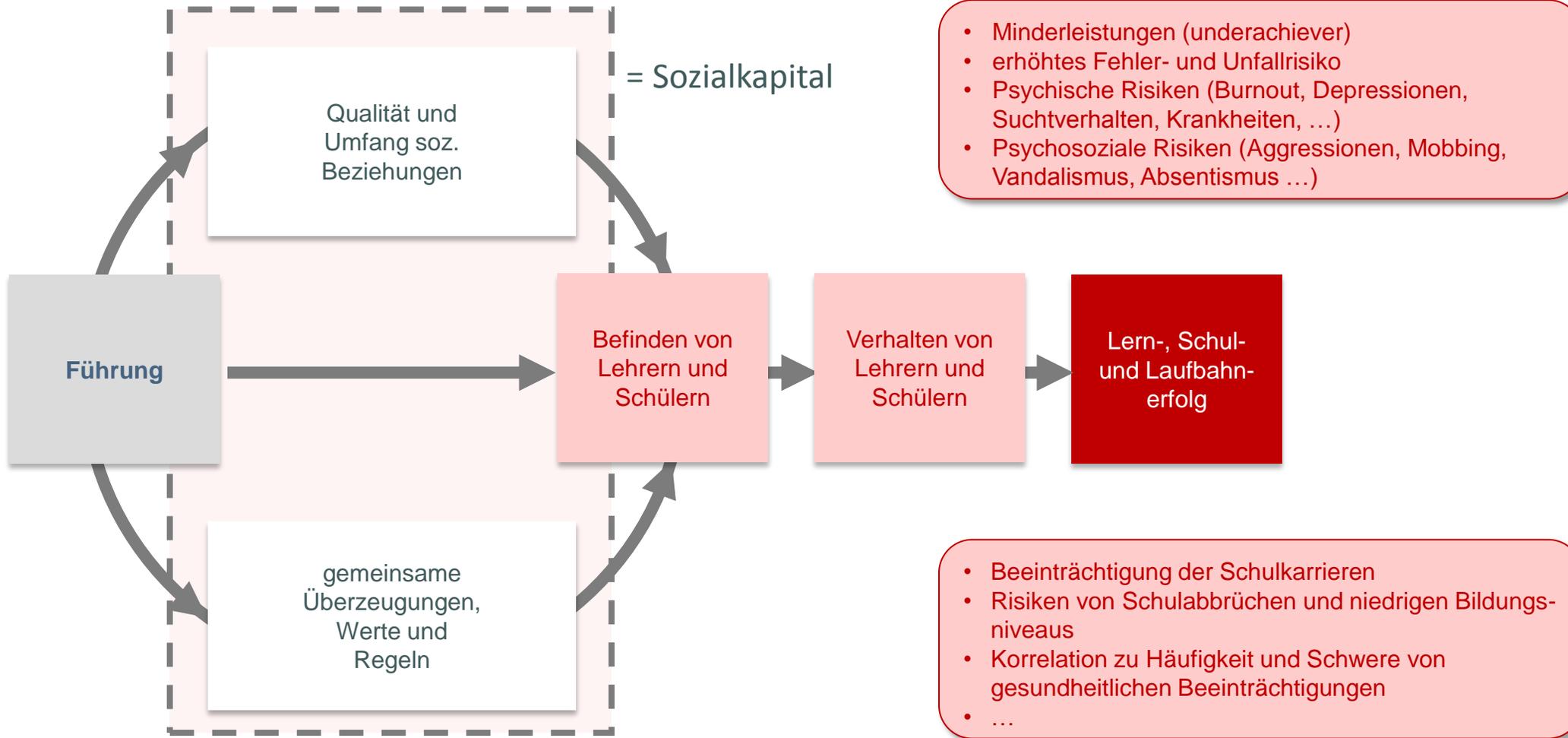
# Es lohnt sich, weil wir wissen ...

... dass Schulen von Unternehmen etwas über die Bedeutung des „Sozialkapitals“ lernen können.



Bernhard Badura (2008)

# Risiken bei „geringem Sozialkapital“



# Es lohnt sich, weil wir wissen ...

... dass es einen Zusammenhang zwischen der sozialen Herkunft, Bildungschancen und der Gesundheit gibt

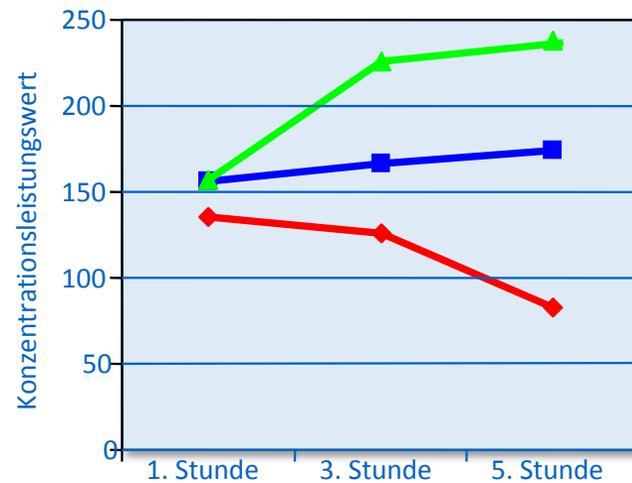
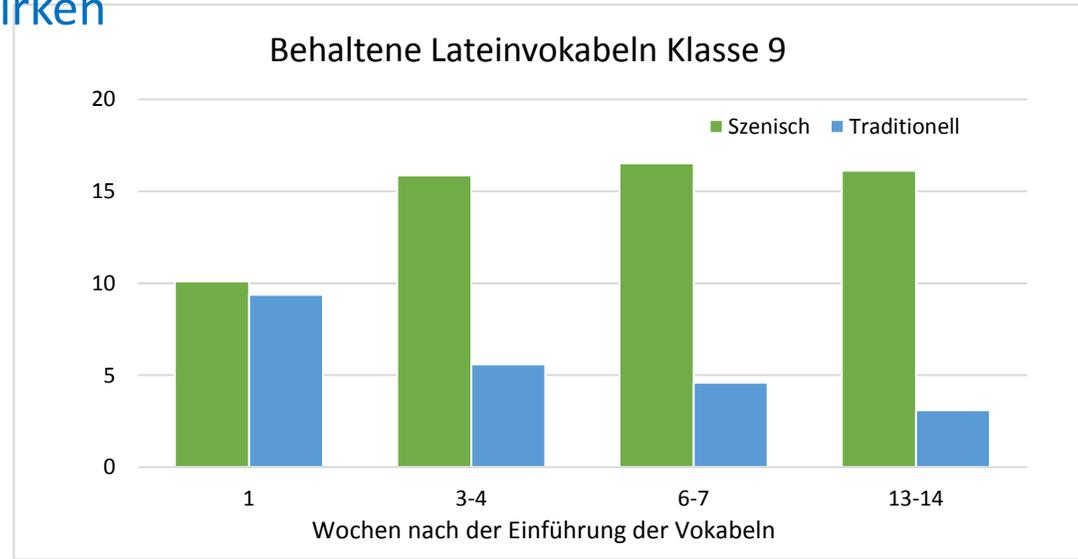


Mielck, A. u.a. (2012).  
Folgen unzureichender  
Bildung für die Gesund-  
heit.  
Gütersloh: Bertelsmann-  
Stiftung. S. 11

# Es lohnt sich, weil wir wissen ...

... dass sich spezifische gesundheitsfördernde Faktoren positiv auf die Lern- und Leistungsfähigkeit auswirken

- **Bewegung**



- ◆ keine Bewegungsangebote
- Bewegung in den Pausen
- ▲ Bewegung im Unterricht

Quelle:  
Sigrid Dordel/Dieter Breithecker, D. (2003).  
Bewegte Schule als Chance einer Förderung  
der Lern- und Leistungsfähigkeit. Haltung  
und Bewegung 23: 5-15

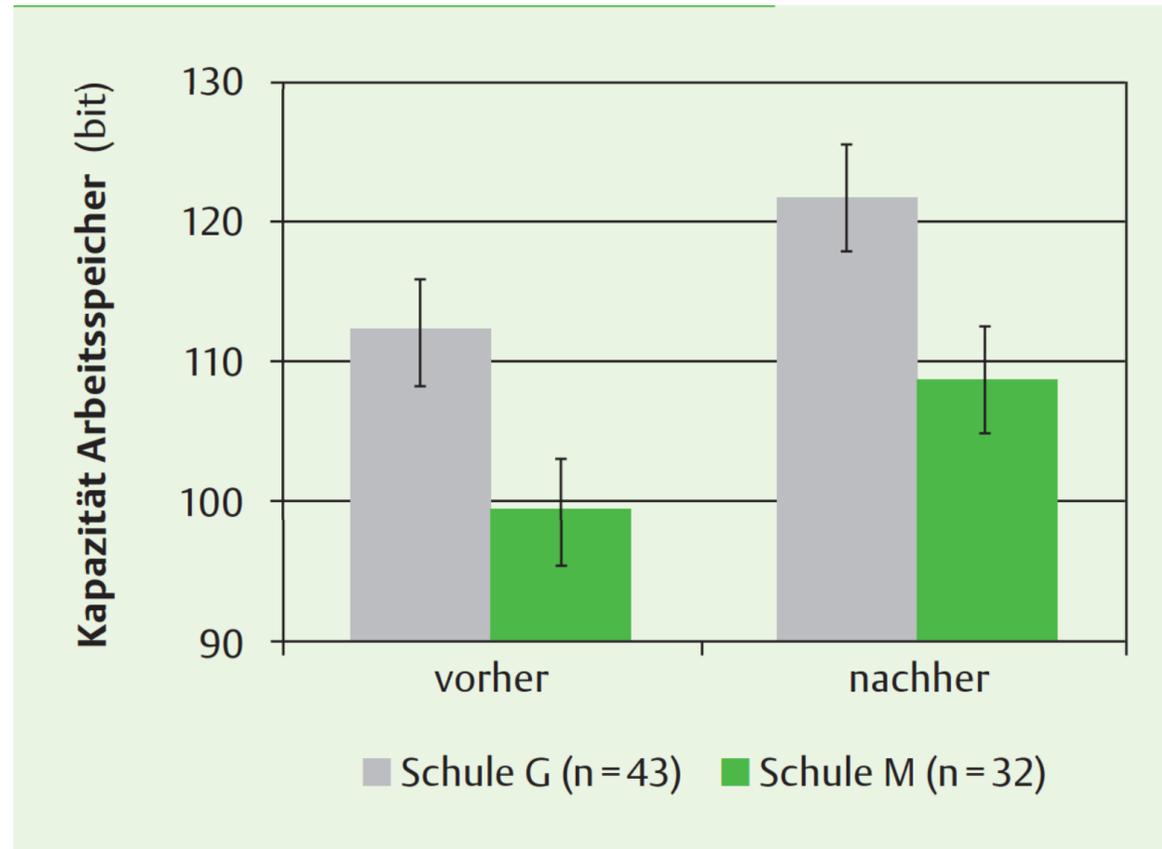
Quelle:  
KatrIn Hille (2016). Embodiment: Lernen  
braucht Hand und Fuß.  
In Brägger, G. u.a. (2017): Bewegte Schule.  
Beltz



# Es lohnt sich, weil wir wissen ...

... dass sich spezifische gesundheitsfördernde Faktoren positiv auf die Lern- und Leistungsfähigkeit auswirken

- Bewegung
- Ernährung

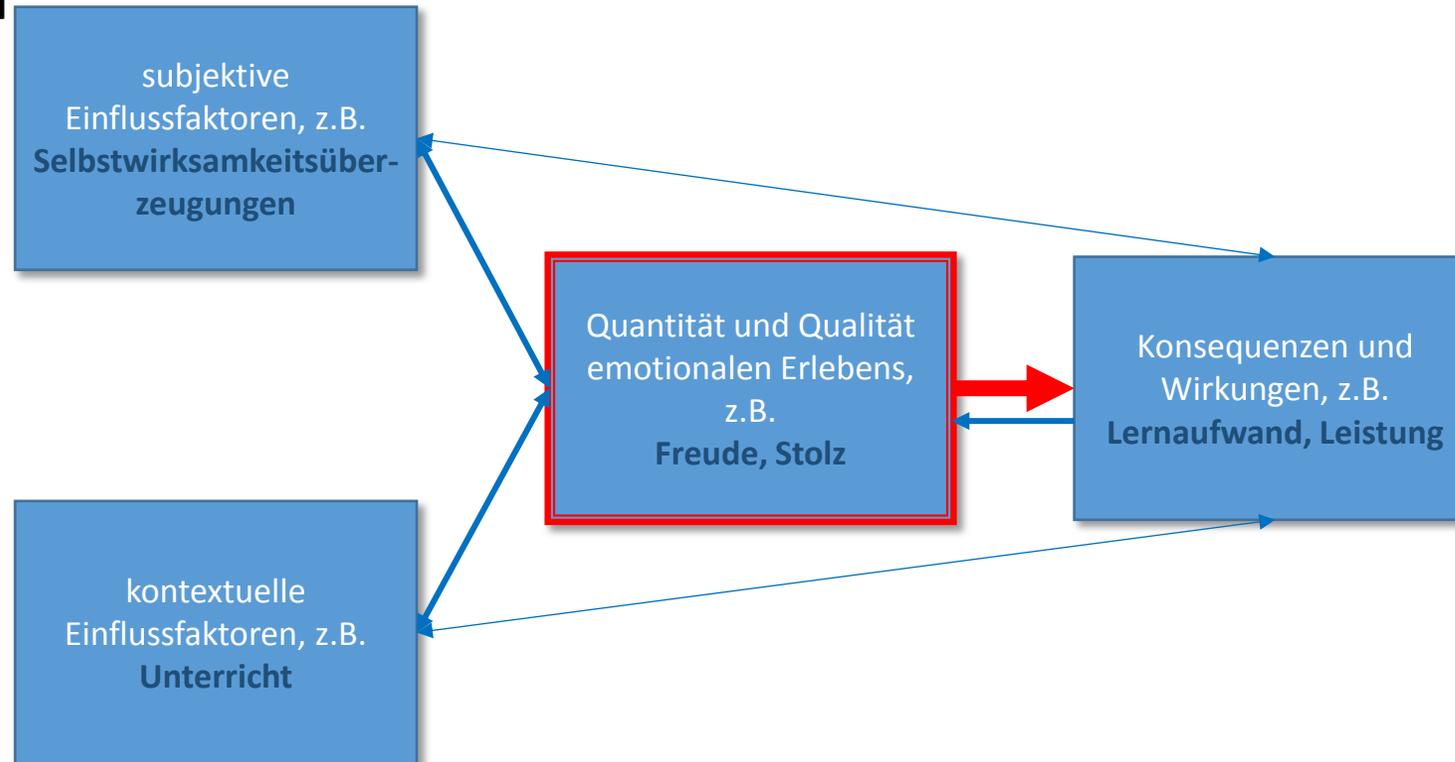


Günter Eissing (2011) Einfluss der Frühstücksqualität auf die mentale Leistung. E&M – Ernährung und Medizin 26: 22-27

# Es lohnt sich, weil wir wissen ...

... dass sich spezifische gesundheitsfördernde Faktoren positiv auf die Lern- und Leistungsfähigkeit auswirken

- Bewegung
- Ernährung
- Wohlbefinden



Tina Hascher (2010) Die Bedeutung von Wohlbefinden und positiven Emotionen für das Lernen. Vortrag. Tagung: Lerncoaching im Unterricht. 28. August 2010, Hochschule für Technik, Brugg/Windisch, CH

# Es lohnt sich, weil wir wissen, welche Faktoren unterstützend wirken

**Kohärenzsinn**

**Ernährung**

Selbstwertgefühl

Entspannung

Optimismus

**Bewegung**

**Wohlbefinden**



**gemeinsame Ziele**

Rhythmisierung

*gemeinsame Werte*

gegenseitige Hilfe

kohärente Regeln

personenorientierte Führung

soziale Unterstützung

gestaltete Umwelt

# Sinnhaftigkeit

Wann es sich lohnt, die  
eigene Schule zu verändern.



# (Der Einsatz für) Veränderung lohnt sich für eine Schule ...

- ▶ wenn sie dadurch ihren Bildungs- und Erziehungsauftrag effektiver (weniger Aufwand für gleichen Erfolg/mehr Erfolg bei gleichem Aufwand) erfüllen kann.
- ▶ wenn sie dadurch ihr Bild in der Öffentlichkeit steigern kann.
- ▶ wenn sie dadurch zusätzliche Ressourcen gewinnen kann.
  
- ▶ wenn sich die Veränderung für jedes einzelne Mitglied der Schulgemeinschaft lohnt.



# Veränderung lohnt sich ...



- ▶ für Lehrerinnen und Lehrer
  - wenn dadurch das Unterrichten einfacher wird.
  - wenn sich dadurch die Unterrichtsergebnisse verbessern.
  - wenn dadurch ihre individuellen Belastungen reduziert werden.

- für Schülerinnen und Schüler
  - wenn dadurch das Lernen leichter wird.
  - wenn sich dadurch die Leistungen verbessern.
  - wenn dadurch ihre individuellen Belastungen reduziert werden.
- für Eltern
- für externe Kooperationspartner

# Kosten – Nutzen in Bezug auf Veränderungen

## Kosten

- ▶ zum Teil schwierige Klärungsverfahren
- ▶ (viele) gemeinsame Termine
- ▶ oft mühselige Einigungsprozesse
- ▶ Aufgabe individueller Vorlieben
- ▶ Erlernen und Einüben neuer Muster
- ▶ Unsicherheit bzgl. des Gelingens
- ▶ ...

## Nutzen

- ▶ höhere Arbeitszufriedenheit
- ▶ höhere Problemlösekompetenz
- ▶ Reduktion von Entscheidungsrisiken
- ▶ höhere Kompetenzen/Professionalität
- ▶ breitere Wahrnehmungsbasis
- ▶ bessere Proaktivität
- ▶ konzentrierte(re) Kinder
- ▶ mehr Zeit für individuelle Förderung
- ▶ gemeinsame, verbindliche Regeln
- ▶ klare Rituale, mehr Zeit für ...
- ▶ höhere Lernfreude und -bereitschaft
- ▶ bessere Lehrergesundheit =
- ▶ weniger Unterrichtsausfall
- ▶ weniger Vertretungsstunden
- ▶ bessere Work-Life-(Learn)-Balance

Copyright © 2002 by ANNA Anna Regula Hartmann

# Machbarkeit

Wie es gelingt, Veränderung  
dauerhaft zu etablieren



# Gelingensbedingungen

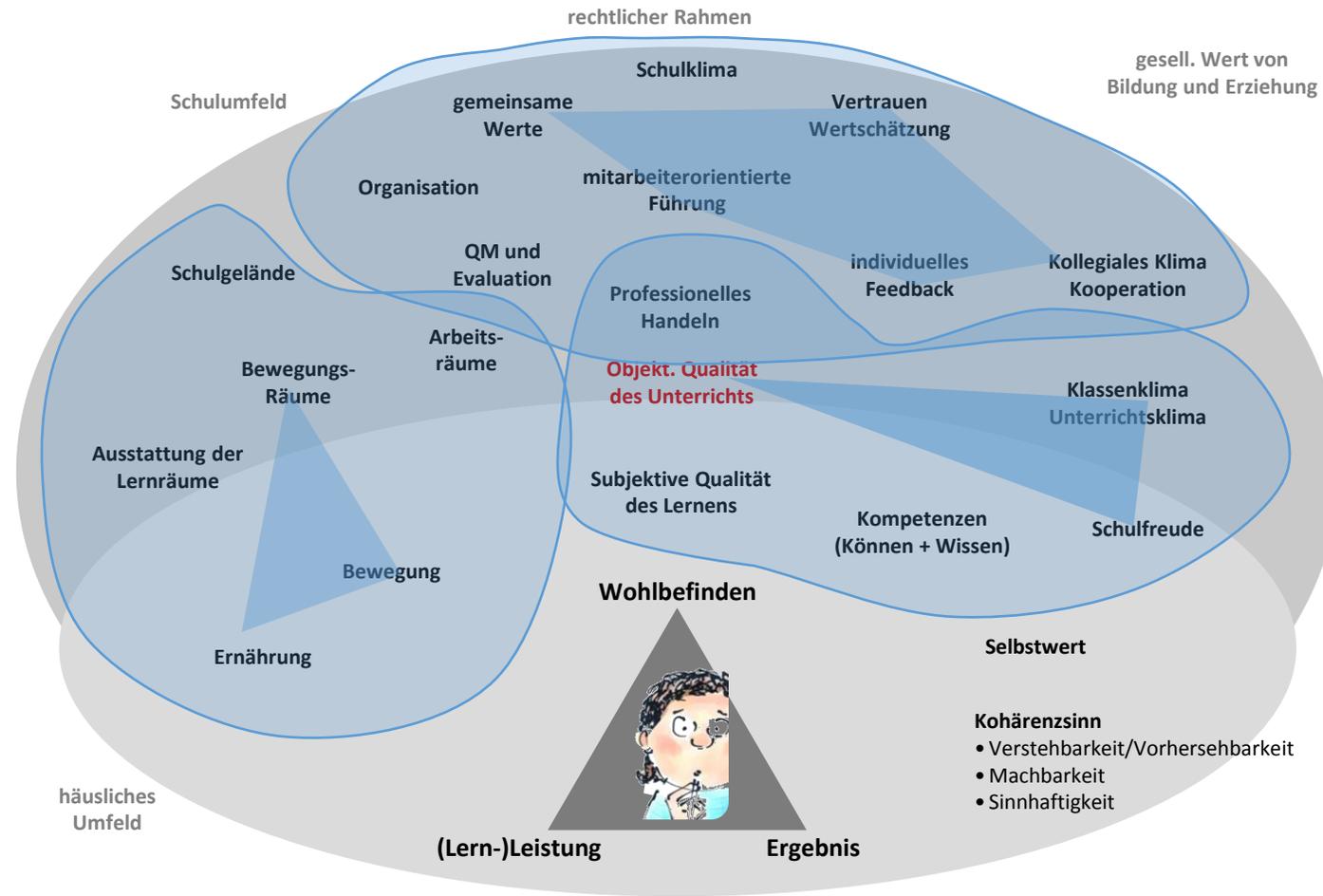
---

- ▶ gründlich nachdenken
- ▶ freundlich sein
- ▶ zum Anderen hingehen
- ▶ gute Erfahrungen organisieren
- ▶ den informellen Bereich für die Anbahnung von Veränderungen nutzen

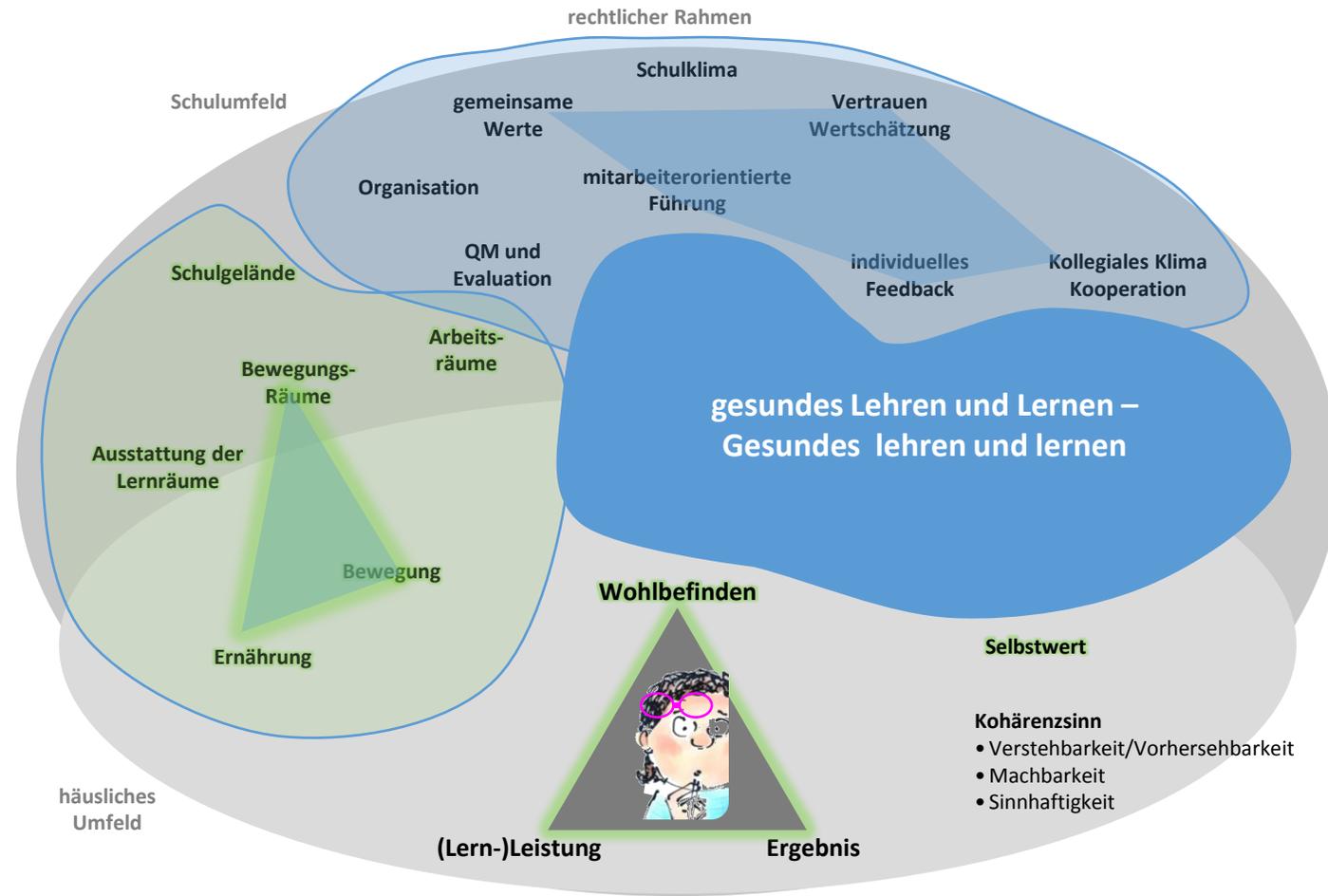
# Machbarkeit durch Anwendung des Kohärenzprinzips erhöhen

- ▶ **Verstehbarkeit:** Sie haben gemeinsame Vorstellungen davon,
  - welche Aufgaben die Schule hat,
  - wie Lernen „funktioniert“
  - welche wichtige Rolle die Gesundheit (Ernährung, Bewegung und Wohlbefinden) spielt
- ▶ **Machbarkeit:** Sie entwickeln ihre Ressourcen durch
  - ein gutes Wissensmanagement
  - Team-Lernen
  - persönliche Meisterschaft
- ▶ **Sinnhaftigkeit:** Sie schaffen durch gemeinsame Vorstellungen
  - verbindliche und verbindende Werte
  - hilfreiches unterstützendes Feedback
  - salutogene Strukturen

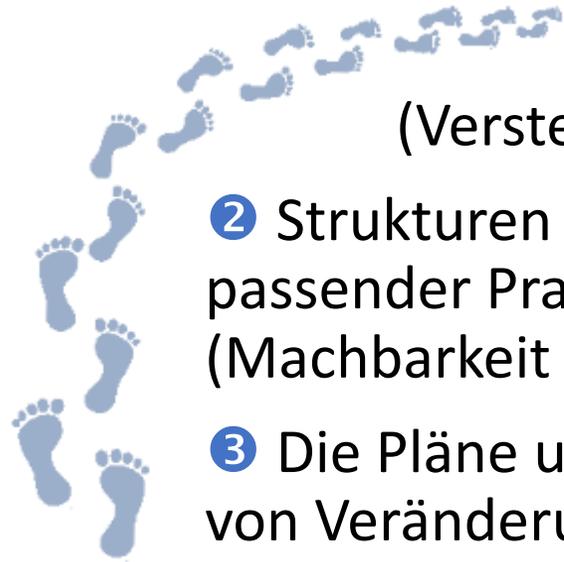
# Entwicklungsfelder der guten gesunden Schule



# Entwicklungsfelder der guten gesunden Schule



# Schritte zur nachhaltigen Entwicklung



① Einsicht/Motivation schaffen  
(Verstehbarkeit/Sinnhaftigkeit → Wollen)

② Strukturen verändern = Suche nach dem passenden Muster und passender Praxis mit externer Unterstützung  
(Machbarkeit → Können)

③ Die Pläne und Selbstverpflichtung zur Veränderung und die Erfolge von Veränderungen öffentlich machen

④ Sich lokal/regional vernetzen

→ externe Unterstützung, hilfreiche Erfahrungen, freundliche „Kontrolle“

⑤ Die Umsetzung von einzelnen Personen lösen (gemeinsame Verantwortung bei getrennten Zuständigkeiten)

→ vom „Schul-Projekt“ zur „Schul-Kultur“

# Statt einer Zusammenfassung









- ▶ Norbert Posse
- ▶ Fasanenstraße 15
- ▶ 42799 Leichlingen



📞 0172 200 37 50  
☎ 02175 6757  
✉ norbert@posse.de

