

# HAMBURG MACHT SCHULE

→ HAMBURGER LEHRKRÄFTE  
UND ELTERNRÄTE

02 / 2022 34. JAHRGANG



## GESUNDE SCHULE

**BSB-INFO:**

SCHULEN ALS WERTEVERMITTLER IN EINER  
MANCHMAL VERSTÖRENDE WELT

FIT FÜR DEN KLIMASCHUTZ!

# WOHLFÜHLMOMENTE IN SCHULE



Katharinenschule Hamburg

FOTO CARSTEN THUN

## IMPRESSUM

### HERAUSGEBER:

Behörde für Schule und Berufsbildung (BSB)  
Heinz Grasmück, Direktor des Landesinstituts  
für Lehrerbildung und Schulentwicklung  
Felix-Dahn-Straße 3, 20357 Hamburg / heinz.grasmueck@li-hamburg.de

### REDAKTIONSLEITUNG THEMA:

Ingrid Herzberg, Ruben Herzberg / redaktionsleitung.hms@hamburg.de

### REDAKTION:

Dr. Martina Diedrich, Prof. Dr. Dagmar Killus, Beate Proll

### REDAKTION BSB-INFO:

Karen Krienke / karen.krienke@bsb.hamburg.de  
Petra Stessun / petra.stessun@bsb.hamburg.de

LAYOUT Andrea Lühr, Carsten Thun

DRUCK Max Siemen KG Hamburg

TITEL FOTO Carsten Thun

AUTORENFOTOS Privat

34. JAHRGANG / AUFLAGE: 11.750

ISSN 0935-9850

*Liebe Leserinnen  
und Leser,  
Liebe Lesende,*



HEINZ GRASMÜCK

als „Neuer“ möchte ich Sie zunächst herzlich begrüßen! Ich freue mich, mit dieser Ausgabe die Herausgeberschaft von HAMBURG MACHT SCHULE übernehmen zu dürfen, und danke an dieser Stelle meinem Vorgänger, Professor Dr. Josef Keuffer, der von 2011 an elf Jahrgänge dieser Zeitschrift betreut hat. Mein Dank gilt ebenso Beate Proll, die mir den Einstieg als Direktor am Landesinstitut für Lehrerbildung und Schulentwicklung erleichtert hat und in der Zwischenzeit drei Ausgaben herausgegeben hat. In der aktuellen Ausgabe zeichnet sie für den Thementeil verantwortlich.

„Gesundheitsbewusste Menschen übernehmen Verantwortung für ihre eigene physische, psychische und mentale Gesundheit sowie die Gesundheit anderer. Der Umgang mit der eigenen Gesundheit und der Gesundheit anderer gehört zu den Alltagskompetenzen, die Menschen auch in der Schule erlernen. Sie erwerben Kenntnisse und Fähigkeiten, um die äußeren Einflüsse auf ihre Gesundheit aktiv zu gestalten. Zu den äußeren Einflüssen gehören gleichermaßen familiäre, soziale, ökonomische sowie ökologische Bedingungen und Einstellungen.“<sup>1</sup> So beschreibt es die Präambel der „Empfehlung zur Gesundheitsförderung und Prävention in der Schule“ der Kultusministerkonferenz von 2012. In ihrem Basisartikel zeigt Beate Proll, wie das Thema Gesundheit bzw. Gesundheitsförderung vielfältig ausdifferenziert werden muss. Auch zehn Jahre nach der KMK-Empfehlung können gesundheitsförderliche Maßnahmen noch nachhaltiger und langfristiger in Schulentwicklungsprozesse eingebettet werden, damit von einer guten gesunden Schule gesprochen werden kann. Es gilt dabei, Schüler:innengesundheit und Personalgesundheit zu verknüpfen. Nur wenn Arbeitsfreude und Motivation aller an Schule Beteiligten erhalten bleiben, gelingt es, miteinander besser zu lehren und zu lernen. Ein Blick nach Kanada zeigt zum Beispiel, dass sich dort alle Ebenen des Schulsystems verantwortlich fühlen, drei strategische Ziele zu erreichen: Leistung, Chancengerechtigkeit und als dritte Zielkategorie Wohlbefinden (well-being) von

Schüler:innen sowie Lehrpersonen<sup>2</sup>. Dieses dritte strategische Ziel verdient in Deutschland – zumal nach der Pandemie und angesichts aktueller Herausforderungen – noch stärkere Aufmerksamkeit und Beachtung.

Die vielfältigen Praxisbeispiele in dieser Ausgabe machen deutlich, dass es keine einfachen Rezepte geben kann, selbst wenn Gesundheitsratgeber und digitale Anwendungen zunehmend Möglichkeiten der Selbstverantwortung und -optimierung betonen bzw. vermarkten. Gegenüber einer früher eher behrenden Gesundheitsaufklärung anhand von Gesundheitsrisiken gilt es heute, neben dem Wissensaufbau zu Gesundheitsthemen Selbstwirksamkeitserfahrungen zu stärken und gesundheitsförderliches Verhalten zu erproben und einzuüben. Zu berücksichtigen bleiben dabei Heterogenität und Diversität von Schüler:innen, Eltern und Lehrpersonen sowie aller an Schule Handelnden. In diesem inklusiven Sinn mögen Sie die einzelnen Beiträge dieser Ausgabe aufnehmen und darüber weiter ins Gespräch und Handeln kommen.

In eigener Sache möchte ich mich Ihnen, liebe Leser:innen, zum Schluss kurz vorstellen:

Am 1. August 2021 habe ich nach zuvor zweieinhalb Jahren in der Funktion als stellvertretender Direktor die Stelle des Direktors am LI angetreten. Davor lagen elf Jahre Leitung des Referats Deutsch, Künste, Fremdsprachen im Amt für Bildung. Nach dem Referendariat in Berlin habe ich drei Jahre am Louise Weiss Gymnasium in Hamm unterrichtet. In meinen ersten zwanzig Berufsjahren vor der Tätigkeit in Schule und Schulbehörde konnte ich als wissenschaftlicher Mitarbeiter an der Universität Heidelberg sowie an der TU Berlin u. a. Erfahrungen in der Lehrkräftebildung der ersten Phase sammeln. Hinzu traten Engagements und eigene Regearbeiten im Schauspiel und Choreographischen Theater. Wissenschaft, Pädagogik und künstlerische Praxis erlebe ich in meiner Berufsbiografie rückblickend als stimmigen Dreiklang.

Das Redaktionsteam und die Autor:innen wünschen Ihnen eine anregende Lektüre dieser Ausgabe. Bleiben Sie gesund und zuversichtlich!

Mit besten Grüßen

Hamburg, im Juni 2022

<sup>1</sup> [https://www.kmk.org/fileadmin/veroeffentlichungen\\_beschluesse/2012/2012\\_11\\_15-Gesundheitsempfehlung.pdf](https://www.kmk.org/fileadmin/veroeffentlichungen_beschluesse/2012/2012_11_15-Gesundheitsempfehlung.pdf)

<sup>2</sup> <https://deutsches-schulportal.de/stimmen/warum-der-blick-nach-alberta-lohnt/>

## THEMA

Moderation Beate Proll

- 03 EDITORIAL  
*Heinz Grasmück*
- 05 GESUNDE SCHULE  
Einführung zum Themenschwerpunkt  
*Beate Proll*
- 09 GESUNDE SCHULE GESTALTEN –  
GESUNDHEITSPROJEKTE ETABLIEREN  
*Kerstin Wendt-Scholz*
- 11 SCHULGESUNDHEITSFACHKRÄFTE –  
EINBLICK IN DEN ARBEITSALLTAG  
*Silke Bluhm*
- 13 GESUNDHEITSBEZOGENE PROZESSE UND  
MASSNAHMEN  
*Dr. Rainer Ehmler*
- 16 FORTBILDUNGEN ZUR ACHTSAMKEIT  
*Carsten Polzin*
- 18 SCHÜLER:INNENGESUNDHEIT UND  
SUCHTPRÄVENTION  
*Stefanie Görriß, Andrea Rodiek, Jan Zeidler*
- 21 „MUSIK UND RHYTHMUS FINDEN IHREN WEG ZU  
DEN GEHEIMSTEN PLÄTZEN DER SEELE“  
*Christiane Ebeling*
- 23 ENTLASTUNG DURCH KOOPERATION IM  
PÄDAGOGISCHEN ALLTAG  
*Juliane Troje*
- 25 AUF DEM WEG ZUR GESUNDEN SCHULE  
*Daniela Bergau*
- 27 FÖRDERUNG DES SEELISCHEN WOHLBEFINDENS  
– PROJEKT „LANDUNGSBRÜCKE 2“  
*Svenja Rostovsky*

## NUR ONLINE LESBAR:

- 48 GESUNDHEITSPROJEKTE –  
BEISPIELE GUTER PRAXIS  
*Silke Bluhm, Gabriele Kutscher*
- 50 SCHULVERPFLEGE HEUTE  
*Silke Bornhöft*
- 52 GESUNDHEIT UND PRÄVENTION  
SCHULENTWICKLUNG WEITER DENKEN  
*Dr. Birte Walther*
- 54 LITERATURNACHWEISE UND – HINWEISE  
SOWIE INFORMATIONEN ZU  
GESUNDHEITSTHEMEN

## BSB INFO

- 29 „DURCH CORONA WURDE UNS BEWUSST, WIE  
WICHTIG FREIHEIT UND SELBSTBESTIMMUNG  
FÜR KINDER SIND!“  
*Grundschule Appelhoff*
- 31 „SCHULEN ALS WERTEVERMITTLER IN EINER  
MANCHMAL VERSTÖRENDE WELT“  
*Gymnasium Allee*
- 33 FIT FÜR DEN KLIMASCHUTZ!  
*Björn von Kleist*
- 35 GUT KARLSHÖHE – DIE GRÜNE OASE MITTEN IN  
DER STADT  
*Uta Wiesner*
- 38 KINDER UND JUGENDLICHE MIT DEN  
NACHRICHTEN NICHT ALLEIN LASSEN  
*Christoph Berens, Ramses Oueslati, Mara Sommerhoff*
- 40 WACHSEN, BAUEN, NEUGRÜNDEN:  
WIR KÖNNEN TÜREN ÖFFNEN.  
*Die Schulaufsichten Ilka Jasper und Susanne von Stebut  
im Gespräch mit Antje Sinemus und Peter Schulze*
- 43 BERTINI-PREISVERLEIHUNG 2022  
*Maren Preiß*
- 45 PERSONALIEN
- 46 AUSSTELLUNG VERFOLGEN UND AUFKLÄREN.  
DIE ERSTE GENERATION DER  
HOLOCAUSTFORSCHUNG

## Die Themen der nächsten Hefte:

Antisemitismus  
Demokratie und Populismus  
Flexibilisierung von Unterricht  
Vernetzung im Stadtteil/Bildungskooperationen

Gerne nehmen wir von Ihnen, liebe Leserinnen und Leser, Anregungen und Angebote für Beiträge entgegen. Wenden Sie sich bitte an [redaktionsleitung.hms@hamburg.de](mailto:redaktionsleitung.hms@hamburg.de)

## Gesunde Schule

EINFÜHRUNG ZUM  
THEMENSCHWERPUNKTKONZEPTE, UMSETZUNGSSTRATEGIEN  
UND HERAUSFORDERUNGEN

Durch den Ganztagschulbetrieb ist die Schule zu einer zentralen Lebenswelt für Kinder und Jugendliche sowie deren Eltern bzw. Sorgeberechtigten und den dort tätigen Personen geworden. Im Schulalltag werden gesundheitsbewusstes Verhalten erprobt und weiterentwickelt; im Unterricht wesentliche Themen der Gesundheitsförderung aufgegriffen. Damit Gesundheitsförderung und Prävention wirksam sind, müssen bei der Umsetzung von Maßnahmen auch Strukturen und Rahmenbedingungen in den Blick genommen werden. Ziel eines schulischen Gesundheitsmanagements ist, dass in einem wertschätzenden Schulklima so weit wie möglich gesundheitsförderlich gelernt und gearbeitet werden kann.

In der Corona-Pandemie ist erneut sehr deutlich geworden, wie wichtig Gesundheit für den einzelnen Menschen und ein verantwortungsbewusstes Verhalten gegenüber anderen ist. Für die Ausrichtung der individuellen Verhaltensweisen und der Bewertung von Risikosituationen sind verlässliche und gut zugängliche Gesundheitsinformationen von sehr hoher Bedeutung. Vor allem durch den Distanzunterricht in der Lock-Down-Phase trat der Zusammenhang zwischen Lernerfolg und gesundheitlichem Status von Kindern und Jugendlichen sowie deren Familien sehr deutlich zu Tage. So werden Fragen nach gesundheitlicher Chancengerechtigkeit und Bildungsgerechtigkeit hinsichtlich der eingeleiteten Corona-Maßnahmen rückblickend kritisch reflektiert. Die Feststellung in der Präambel der Verfassung der Weltgesundheitsorganisation WHO von 1948, dass „Gesundheit der Zustand des vollständigen körperlichen, geistigen und sozialen Wohlbefindens (engl.: well-being) und nicht nur des Freiseins von Krankheit und Gebrechen ist“ und dass „sich des bestmöglichen Gesundheitszustandes zu erfreuen, eines der Grundrechte jedes Menschen, ohne Unterschied der ethnischen Zugehörigkeit, der Religion, der politischen Überzeugung, der wirtschaftlichen oder sozialen Stellung ist“<sup>1</sup> trifft immer noch zu. An ihrer Umsetzung muss – auch im schulischen Kontext – noch mehr gearbeitet werden.

<sup>1</sup> siehe <https://leitbegriffe.bzga.de/alphabetisches-verzeichnis/gesundheit/>



Beate Proll

leitet am Landesinstitut für Lehrerbildung und Schulentwicklung die Abteilung Beratung – Vielfalt, Gesundheit und Prävention. Sie ist Berichterstatteerin der Kultusministerkonferenz für Gesundheitsförderung und Prävention.

## Partizipative Gesundheitsbildung

Gesundheitsförderliche Verhaltensweisen von Kindern werden vor allem durch Gewohnheiten in ihren Familien und somit durch deren Lebensumfeld geprägt. Deshalb wird in Bildungsinstitutionen zur Entwicklung und zum Einüben von gesundheitsförderlichen Lebensstilen sehr früh angesetzt. Außerdem werden die Übergänge zwischen den Bildungs- und Lebensphasen von relevanten Akteur:innen zunehmend stärker berücksichtigt. Ansätze wie „Aufwachsen im Wohlergehen für alle Kinder“ bzw. „Gesund Aufwachsen für alle Kinder“ werden mit dem Aufbau so genannter Präventionsketten – beginnend mit der Schwangerschaft – umgesetzt. In diesen wird abgebildet, wie mit ressort- und handlungsfeldübergreifender partnerschaftlicher Zusammenarbeit der Auf- und Ausbau von Strukturen, die gesundheitsförderliche Lebensstile ermöglichen, wirksam befördert werden kann. Viele Hamburger Schulen haben beispielsweise die Möglichkeit über die lokale Vernetzungsstelle Prävention in ihrem Stadtteil entsprechende Netzwerke zu nutzen. So erfährt **Silke Bluhm (Referat Gesundheit, LIB 4)** von zwei Schulgesundheitsfachkräften (Georg-Kerschensteiner-Grundschulen, Ganztagschule an der Elbe), was ihre Aufgaben sind und welche ersten Schritte sie gehen, um Netzwerke aufzubauen bzw. weiterzuentwickeln. **Svenja Rostovsky (HAG e.V.)** erläutert, warum die Stärkung des seelischen Wohlbefindens insbesondere für die Übergangsphase Schule und Ausbildung bzw. Beruf wichtig ist und wie Schüler:innen an drei Beruflichen Schulen in der dualisierten Ausbildungsvorbereitung ganz konkrete Selbstwirksamkeitserfahrung machen können (BS 10, BS 14 und BS 17).

### „Auf dem Weg in die Zukunft

*Gesundheit wird von Menschen in ihrer alltäglichen Umwelt geschaffen und gelebt: dort, wo sie spielen, lernen, arbeiten und lieben. Gesundheit entsteht dadurch, daß man sich um sich selbst und für andere sorgt, daß man in die Lage versetzt ist, selber Entscheidungen zu fällen und eine Kontrolle über die eigenen Lebensumstände auszuüben sowie dadurch, daß die Gesellschaft, in der man lebt, Bedingungen herstellt, die all ihren Bürgern Gesundheit ermöglichen.“*

*Ottawa Charta zur Gesundheitsförderung 1986<sup>2</sup>,  
Erste Internationale Gesundheitskonferenz*

Eine zeitgemäße und wirksame Gesundheitsbildung richtet sich an den Lebenswelten der Kinder, der Jugendlichen und deren Familien aus. Bis in die 1990er Jahre hinein dienten hingegen in der so genannten Gesundheitserziehung Gesundheitsprobleme und -risiken als Lernanlass. Hier wurden Gesundheitsexpert:innen eingebunden, die oft mit belehrenden und manchmal auch beschämend wirkenden Hinweisen, Menschen auf ihre fehlerhaften Verhaltensweisen aufmerksam machten. Im Gegensatz dazu geht es heutzutage darum, Menschen durch Selbstwirksamkeitserfahrungen zu stärken: Sie werden bei der Planung von Gesundheitsaktivitäten als Expert:innen für ihre jeweilige Lebenswelt beteiligt. Sie werden ermuntert, in ihrem Alltag neue und manchmal für sie ungewohnte Dinge zu erproben. Eine zeitgemäße Gesundheitsbildung betont die Selbstbestimmung und das Erleben von Kohärenz im Rahmen der Persönlichkeitsentwicklung: Schüler:innen informieren sich, bewerten gesundheitsrelevante Sachverhalte und treffen Entscheidungen für sich und die Gemeinschaft. Der Erwerb dieser Fähigkeiten und Fertigkeiten wird heutzutage in Konzepten zur Gesundheitskompetenz ausdifferenziert dargestellt. Außerdem werden Kinder und Jugendliche befähigt, ihr eigenes Verhalten zu Gesundheitsfragen zu reflektieren und es gegebenenfalls zu verändern sowie ihre Lebenswelten mitzugestalten. In entsprechenden Bildungsangeboten werden daher Verhaltens- und Verhältnisprävention miteinander verknüpft und ganz konkrete Beteiligungsmöglichkeiten zur Verfügung gestellt.

<sup>2</sup> siehe <https://gesunde-staedte-netzwerk.de/das-netzwerk/ueber-uns/ziele/ottava-charta/>

Die Beiträge von **Kerstin Wendt-Scholz (Grundschule Franzosenkoppel)** und von **Dr. Reinhard Ehmler (Stadtteilschule Alter Teichweg)** zeigen, wie schon seit etlichen Jahren sowohl Erwachsene als auch Kinder und Jugendliche durch ganz konkretes Handeln die Bedeutung von Gesundheit erfahren (Verhaltensprävention) und im Rahmen der Schulentwicklungsprozesse schulische Strukturen angepasst werden (Verhältnisprävention).

### Lebenskompetenzen, Resilienz und Lernerfolg

Schon in der Empfehlung der Kultusministerkonferenz (KMK) zur Gesundheitsförderung und Prävention in der Schule<sup>3</sup> wird deutlich hervorgehoben, dass Bildungserfolg und gesundheitlicher Status von Schüler:innen sowie deren Familien eng ineinander wirken. Inzwischen wird davon ausgegangen, dass gesundheitskompetentes Verhalten auch kognitive Leistungen fördern kann. Zu einer guten gesunden Schule gehören deshalb u.a. ein wertschätzendes Schul- und Lernklima, eine Rhythmisierung des Schultages mit konzentrierten Lernphasen und Entspannungsphasen, ein fest verankertes Konzept zur Suchtprävention sowie ein gesundheitsförderliches, nachhaltiges und schmackhaftes Verpflegungsangebot. Durch die Corona-Pandemie und das für viele beängstigende Kriegsgeschehen in der Ukraine sind Konzepte zur Lebenskompetenzförderung (siehe „Core Life Skills“ der WHO) und Befunde aus der Resilienzforschung von aktueller Bedeutung.<sup>4</sup> Kinder, Jugendliche und Erwachsene werden gestärkt mit Verunsicherungen, Ambivalenzen und Angst umzugehen. Dabei ist darauf zu achten, dass Begriffe wie „Achtsamkeit“ nicht dazu genutzt werden, Menschen in stressresistente und nicht belastbare einzuteilen, sondern sowohl personale (persönliche oder interne) als auch soziale (externe, umweltbezogene oder ökologische) Schutz- und Risikofaktoren zu betrachten.

**Carsten Polzin (Stadtteilschule Emil Krause)** stellt dar, wie in Achtsamkeit geschulte Lehrpersonen im Schulalltag „Wahrnehmungsübungen“ beispielsweise zur Aufmerksamkeitsfokussierung anleiten und wie durch das bewusste Erleben von Stresssituationen Gegenstrategien im Arbeits- und Lernalltag entwickelt werden können. **Andrea Rodiek (LI), Stefanie Görris (Goethe-Gymnasium, LI) und Jan Zeidler (Gymnasium Rissen, LI)** beleuchten den aktuellen Handlungsbedarf in der Suchtprävention und vergleichen anhand zweier weiterführender Schulen, wie tragfähige Konzepte implementiert werden können.

<sup>3</sup> siehe [https://www.kmk.org/fileadmin/veroeffentlichungen\\_beschluesse/2012/2012\\_11\\_15-Gesundheitsempfehlung.pdf](https://www.kmk.org/fileadmin/veroeffentlichungen_beschluesse/2012/2012_11_15-Gesundheitsempfehlung.pdf)

<sup>4</sup> siehe <https://li.hamburg.de/gesundheitsfoerderung/16009030/gefluechtete-aus-der-ukraine/>

### Projekte und Programme

Die Schule ist ein wichtiges und attraktives Handlungsfeld für viele außerschulische Akteure, da alle Kinder und Jugendlichen erreicht werden. Für eine nachhaltige Verankerung von Projekten und Programmen ist es wichtig, dass sie sich auf den Bildungs- und Erziehungsauftrag der inklusiven Ganztagschule beziehen, sie anschlussfähig mit Bezug auf die curricularen Vorgaben zum Aufgabengebiet Gesundheitsförderung sind und sie sich in Prozesse der Schul-, Unterrichts- sowie Personalentwicklung integrieren lassen. Einige Angebote beziehen sich auf den gesamten Schulalltag und richten sich an die ganze Schulgemeinschaft, andere vor allem auf den Unterricht. Qualitativ hochwertige Angebote sind bzw. werden evaluiert und beinhalten Verhaltens- und verhältnispräventive Maßnahmen. Außerdem bilden sie zeitgemäße pädagogische Ansätze ab, in denen der Kompetenzerwerb, ein wertschätzender Umgang mit den Lebenswelten der Familien und Partizipation im Vordergrund stehen. Die eingesetzten Methoden und Materialien berücksichtigen die Heterogenität der Schüler:innen sowie der Eltern. Dabei wird Vielfalt mit Bezug auf die Grundwerte und -rechte als Bereicherung verstanden. Aus Sicht der einzelnen Schule sind Projekte und Programme hilfreich, die verschiedene Themenfelder wie Bewegungsförderung, Ernährungsbildung und psychosoziales Wohlbefinden miteinander verknüpfen und die die Schulgemeinschaft, d.h. Schüler:innen, Lehrkräfte und schulische Fachkräfte sowie Eltern, aktiv einbeziehen. Außerdem sollte es innerhalb einzelner Projekte und Programme neben der Ausrichtung an Grundsätzen der Gesundheitsförderung und Prävention für standortspezifische Anliegen der Einzelschule einen Gestaltungsspielraum geben.

Im Online-Beitrag finden Sie vom Referat Gesundheit des LI ausgewählte Beispiele guter Praxis, die von Ihrer Schule genutzt werden können.

☛ Nur online auf Seite 48:

<https://www.hamburg.de/bsb/hamburg-macht-schule/>

### Herausforderungen

In Ganztagschulen ist der Faktor Zeit für alle Akteur:innen eine wichtige, aber auch begrenzte Ressource. Hilfreich ist, sich über Zielperspektiven zu verständigen und festzuhalten, was mit welchen Kooperationspartner:innen gemeinsam gestaltet werden soll. Der gegenseitige Nutzen der Vernetzung sollte für alle Beteiligten sichtbar und erfahrbar werden. In einem kontinuierlichen Reflexionsprozess muss immer wieder geprüft werden, was in welchen Schritten innerhalb welcher Zeitfenster machbar ist.

**Juliane Troje (Referat Inklusive Schul- und Unterrichtsentwicklung, LIF 21)** reflektiert, wieso trotz eines sichtbaren Gesundheitsprofils das Entlastungspotenzial von Kooperationen innerhalb des Kollegiums noch zu wenig ausgeschöpft wird. Anhand mehrerer Schulen (Grundschule Iserburg, Grundschule Kamminer Straße, Katholische Schule St. Paulus) wird aufgezeigt, wie Teambildungsprozesse nicht nur bei herausfordernden Situationen im Schulalltag für Entlastung sorgen können.

**Daniela Bergau (Berufliche Schule Farmsen - BS19)** zeigt auf, dass trotz guter Planung von Umsetzungsschritten zur Verbesserung der Personalgesundheit unvorhergesehene Verzögerungen pragmatische Entscheidungen erfordern. Um sich immer wieder vereinbarte Ziele vor Augen zu halten und sich nicht zu verzetteln, ist die Einführung der Funktion einer Fachberaterin für Gesundheitsmanagement sehr hilfreich.

Ein Qualitätsmerkmal für hochwertige Bildungsangebote der Gesundheitsförderung ist, dass die Heterogenität von Lerngruppen vorausgesetzt wird. Diversitätsdimensionen, wie Zuwanderungsgeschichte, Geschlechteridentität und Beeinträchtigungen, werden bei der Entwicklung und Aktualisierung von Unterrichtsmaterialien und von gesundheitsförderlichen Aktivitäten im Schulalltag oft noch zu wenig berücksichtigt. Erfahrungen zeigen, dass Eltern mit Themen der Gesundheitsbildung dann erreicht werden können, wenn in der jeweiligen Schule eine wertschätzende Begegnung und Zusammenarbeit „auf Augenhöhe“ mit den Eltern etabliert wird. Wichtige Impulse gibt es außerdem aus der Interkulturellen Bildung und Erziehung: So können qualifizierte Kulturmittler:innen genutzt werden, um die Kommunikation zwischen Eltern mit Zuwanderungsgeschichte und Schule zu verbessern sowie Gesundheitsthemen anzusprechen.<sup>5</sup> Diese Expertise wurde beispielsweise für die Erstellung mehrsprachiger Podcasts für Eltern bzw. Sorgeberechtigte zu Corona-Regelungen in der Schule genutzt. Der Umgang mit chronisch erkrankten Schüler:innen wurde im HmS-Heft Inklusion II aufgegriffen<sup>6</sup>; hier gilt es immer wieder zu prüfen, ob die Begleitung in der Schule noch verbessert werden kann.

<sup>5</sup> siehe Angebot der LI-Beratungsstelle Interkulturelle Erziehung unter <https://li.hamburg.de/skm/>

<sup>6</sup> siehe HmS 1/2016 <https://www.hamburg.de/contentblob/5722906/6ebbea14c9f40d5636eb3d6e02915ac5/data/hms-1-16.pdf>

Erfahrungen zeigen, dass Gesundheitsförderung dann wirkungsvoll ist, wenn Maßnahmen zur Schüler:innengesundheit mit denen zur Personalgesundheit verknüpft werden. Die Gestaltung einer guten gesunden Schule gelingt, wenn im Schulalltag erfahrbar wird, wie sich durch gesundheitsförderliche Aktivitäten Lern- und Arbeitswelt verbessern lassen. Dabei ist nicht die Anzahl der mit einer Schule durchgeführten Projekte ein Qualitätsmerkmal, sondern vielmehr die Einbettung dieser Vorhaben in laufende Schulentwicklungsprozesse. In der einzelnen Schule stellt das Spannungsfeld zwischen Verhaltens- und Verhältnisprävention eine Herausforderung dar. Auffällig ist, dass in den letzten Jahren in medialen Formaten zu Gesundheitsthemen das Individuum mit seinen vielfältigen Möglichkeiten der Selbstverantwortung und der damit verbundenen Selbstoptimierungen in den Mittelpunkt gestellt wird. Dass diese in den konkreten Lebenssituationen vieler Menschen nicht im vollen Umfang gegeben sind, wird meist ausgeblendet. Im Schulalltag muss es neben dem Wissenserwerb zu Gesundheitsthemen Möglichkeiten geben, gesundheitsförderliches Verhalten zu erproben und einzuüben.

**Christiane Ebeling (Heisenberg-Gymnasium)** macht deutlich, welche Möglichkeiten musiktherapeutische Angebote in der Schule haben können und stellt vor, wie diese in Einzel- und Gruppenangeboten für Jugendliche und Erwachsene erprobt und inzwischen implementiert sind.

In einem Interview mit HAMBURG MACHT SCHULE erläutert **Dr. Birte Walther (Referatsleiterin Gesundheit, LIB 4)**, wie ihr Arbeitsfeld aussieht und warum die Schüler:innengesundheit mit der Lehrkräftegesundheit stärker verknüpft werden sollte.

### Ausblick

Es wird auch zukünftig nicht gelingen, alle wichtigen Gesundheitsthemen im Schul- und Unterrichtsalltag abzubilden. Oft sind die Anliegen zu spezifisch, sie können nicht additiv bearbeitet werden, sondern müssen in ein Gesamtkonzept zur gesunden Schule integriert werden und mit anderen gesellschaftspolitisch wichtigen Handlungsfeldern wie Inklusion und Bildung für nachhaltige Entwicklung (BNE) verknüpft werden.

In einem Online-Beitrag macht **Silke Bornhöft (Vernetzungsstelle Schulverpflegung, HAG e.V.)** deutlich, wie das Verpflegungsangebot nachhaltig und damit klimafreundlich umgesetzt werden kann. Dieses ist für die Schulgemeinschaft ein sichtbares Handlungsfeld zur Umsetzung des Hamburger Masterplans BNE 2030.

Für dieses Heft wurden gezielt Beispiele ausgewählt, mit denen gezeigt werden kann, wie sich Schulen mit konzeptionellen Überlegungen auf den Weg gemacht haben, Gesundheit im Sinne der WHO in ihrem Lern- und Arbeitsalltag sichtbar und erfahrbar zu machen. Darüber hinaus gibt es an Hamburger Schulen zahlreiche Aktivitäten zu einzelnen Gesundheitsthemen, die wertvoll sind, da sie ein Ausgangspunkt für die nächsten Schritte hin zu einer gesunden Schule sein können. Erfahrungen zeigen, dass dieses gut durch engagierte Kolleg:innen und Schulleitungen – im Idealfall durch fest installierte Gesundheitsbeauftragte in der jeweiligen Schule – bewegt werden kann.

Alle Autor:innen stehen für Fragen und einen Austausch mit anderen Schulen gern zur Verfügung!

📍 **In der online Ausgabe weitere Informationen und Links ab Seite 50**  
<https://www.hamburg.de/bsb/hamburg-macht-schule/>

### Kontakt:

[beate.proll@li-hamburg.de](mailto:beate.proll@li-hamburg.de)



## Schule gesund gestalten – Gesundheitsprojekte etablieren



**Kerstin Wendt-Scholz**  
 ist Schulleiterin der Grundschule Franzosenkoppel.

Die Grundschule Franzosenkoppel ist eine teilgebundene, vierzügige Ganztagsgrundschule mit drei Vorschulklassen in Lurup. Das weitläufige Außengelände der Schule bietet vielfältige Spiel- und Bewegungsmöglichkeiten. Seit 20 Jahren findet eine intensive Auseinandersetzung mit dem Thema „Gesundheit“ statt. Zahlreiche orangefarbene Möhren zieren die Hauswand der Schule, gekrönt durch die Goldene Möhre 2018, die uns von der Hamburgischen Arbeitsgemeinschaft für Gesundheitsförderung<sup>1</sup> verliehen wurde.

Die „Gesunde Schule“ ist fest verankert und wird ganz selbstverständlich immer mitgedacht: Sei es in den Bewegungszeiten im Unterricht und im Kursangebot, beim Spielen auf dem großen Schulgelände oder beim Akquirieren neuer Projekte. Unter Beteiligung der gesamten Schulgemeinschaft werden in Konferenzen, Arbeitsgruppen und Projekten verschiedene Aktivitäten jahrgangsübergreifend geplant und durchgeführt. Jedes Jahr kommen neue Gesundheitsprojekte dazu und alte werden fortgeführt.

### Gesunde Ernährung und Schulverpflegung

In unserer Schule können die Schüler:innen das mitgebrachte gesunde Frühstück sowie ein ausgewogenes warmes Mittagessen in der fest im Stundenplan vorgesehenen Zeit innerhalb des Klassenverbands gemeinsam verzehren. Das

„Schüsselprinzip“ sorgt für längeres Verweilen in der Kantine und „macht Appetit auf mehr“. Es wird weniger Essen weggeworfen, da sich die Kinder ihr Essen selbst auffüllen. Zur gesunden Ernährung gehört auch das Bemühen um mehr Ruhe in der Kantine. Verstärkte Aufsichten innerhalb und vor der Kantine, räumliche Veränderungen durch das Anbringen von Filzpaneelen als Lärmschutz sowie das Schlagen eines Gongs für Ruheminuten sollen dafür sorgen, dass das Essen in einer angenehmen Atmosphäre eingenommen werden kann.

### Bewegungsförderung

Der zunehmenden Bewegungsarmut unserer Schüler:innen im häuslichen Bereich, die erhebliche Defizite in Grob- und Feinmotorik nach sich zieht, begegnen wir mit zahlreichen Bewegungs- und Sportangeboten im Unterricht, in der Pause und im Nachmittagsbereich der Ganztagschule. Aufgrund der vielfältigen Bewegungsmöglichkeiten auf dem weiträumigen Schulgelände entstehen weniger Konflikte, da sich die Kinder gut verteilen. Bewegung baut Aggressionen ab, so dass sich dadurch mehr Motivation und Entspannung für den Unterricht sowie eine längere Konzentrationsspanne und eine „ausgeglichene“ Atmosphäre im Umgang mit anderen entwickeln können.

<sup>1</sup> siehe <https://www.hag-gesundheit.de/arbeitsfelder/gesund-aufwachsen/gesunde-schule>

### Bewegungsanlässe

- „bewegter Unterricht“ mit regelmäßig stattfindenden Fortbildungen
- Gesamtkonferenzen mit Bewegungsspielen: Eine Stufe leitet an, um Anregungen für den Unterricht zu geben und das Kollegium „in Bewegung“ zu bringen.
- festgelegte Spiele und Bewegungspausen für die Jahrgangsstufen
- „Alles in Bewegung“: Projekt mit der Fridtjof-Nansen-Schule im Spielhaus Fahrenort zur psychomotorischen Entwicklung
- fest eingeplante Bewegungszeiten im Unterricht, Bewegungslieder, Fingerkarussell, Flitzepausen
- entspannte Zeiten im Unterricht: Rückenmassagen, Atemübungen, Körpermemory
- wöchentlich stattfindender Psychomotorikaufbau für alle Klassen
- Bewegungsangebote im Unterricht, im Freizeitbereich des Ganztags und in der Mittagspause drinnen und draußen
- Kletterwand und Niedrig-Seilgarten
- Verkehrsaktionen wie „zu Fuß zur Schule“ und „10 Tage ohne Elterntaxi“
- Roller-Projekt, unterstützt von der Unfallkasse Nord und der BSB „Hamburgs Kinder lernen sicher und souverän rollern“

### Psychosoziale Kompetenz und Persönlichkeitsentwicklung

Das unter der Trägerschaft des Schulvereins Franzosenkoppel e. V. stehende sozialtherapeutische Projekt wurde 1999 gegründet und wird durch Spenden und Stiftungsgelder finanziert. Es bietet frühzeitig, wohnraumnah und unbürokratisch belasteten Familien Unterstützung an, bevor Kinder ein Verhaltensmuster im klinischen Bereich aufbauen. Mit Hilfe von Logopädie, Einzelfallhilfe und Gestalttherapie, heilpädagogischer Gruppenarbeit, Ergo- und Lerntherapie, Elternberatung und heilpädagogischem Reiten wird an folgenden Zielen gearbeitet:

- Förderung der psychischen, physischen und sozialen Entwicklung der Kinder,
- Verhinderung von Ausgrenzung bzw. Wiedereingliederung,
- Erweiterung der sozialen Kompetenzen von Kindern und Eltern sowie
- Stärkung des Selbstwertgefühls und Abbau von Ängsten
- Das schulnahe Angebot erspart den Kindern und ihren Eltern weite Wege fern ihrer gewohnten und vertrauten Umgebung.

### Gestaltung des Schullebens

Das Schulleben der Franzosenkoppel ist geprägt durch jährlich wiederkehrende Ereignisse und neue Projekte. Leider konnten coronabedingt viele Aktionen gar nicht oder nicht in gewohnter Form stattfinden. Aber wir schauen nach vorn und versuchen in diesem Frühjahr einiges draußen – wie z. B. den „Gartenmitmachtag“ – zu ermöglichen. Schüler:innen, Eltern, Mitarbeiter:innen der Schule treffen sich dann an einem Samstag und sind aktiv auf dem Schulgelände, um z. B. aufgemalte Spiele auf dem Boden zu erneuern, die Balancierschlange zu gestalten, den Barfußpfad zu sanieren, die Kräuterschnecke neu zu bepflanzen, den Rollerparkplatz wieder aufzumalen und den Bauwagen aufzuräumen, damit er weiterhin gut genutzt wird als Rückzugsort, als Aufenthaltsraum und Labor zum Forschen und Experimentieren. Auch im Schulgarten gibt es immer viel zu tun: Johannis- und Stachelbeeren, Gurken, Tomaten, Äpfel, Erdbeeren, Himbeeren und Kräuter werden im Schulgarten angebaut; Hochbeete werden angelegt und müssen bepflanzt werden. Der Garten ist häufig offen und wird von einzelnen Kindern manchmal lange genutzt, was wiederum zur Entspannung auf dem Schulhof sorgt.

Ein ganz besonderes Projekt sind unsere Bienen: Wir wollen gemeinsam eine Schulimkerei aufbauen. Es wird Verantwortung für Tiere, Pflanzen und das Gelände übernommen. Die Achtsamkeit anderen und der Natur gegenüber steigt. Die Schülerinnen und Schüler und alle Beteiligten identifizieren sich mit der Schule und sind stolz auf das Geschaffte.

### Ein Schul- und Therapiehund

Seit 2019 unterstützt Lulu – eine schwarze Labradorhündin – an mehreren Tagen in der Woche den Unterricht in einer 1. Klasse. Lulu hat die Ausbildung zum Schul- und Therapiehund durchlaufen, deshalb darf sie nun regelmäßig mit in die Franzosenkoppel kommen. Sie übernimmt kurze Sequenzen im Mathematikunterricht und sorgt durch ihr ausgeglichenes ruhiges und zugewandtes Verhalten für eine gute Lernatmosphäre in der Klasse. Es gibt feste Regeln im Umgang mit Lulu, an die müssen sich alle Kinder in der Klasse halten. An den „Lulu-Tagen“ ist es in der Klasse ausnehmend leise, und es geht sehr geordnet zu. Die Klasse übernimmt an den Tagen ganz besondere Verantwortung für ihr Handeln.

Wir bleiben dran am Thema „Gesunde Schule Franzosenkoppel“, sind auf einem guten Weg und haben noch viele Ideen!



### Kontakt:

kerstin.wendt-scholz@bsb.hamburg.de

# Schulgesundheitsfachkräfte – Einblick in den Arbeitsalltag



**Seit 2021 arbeiten 14 Schulgesundheitsfachkräfte in Vollzeit oder in Teilzeit an 19 Hamburger Grundschulen mit dem Sozialindex 1 oder 2. Dieses Pilotprojekt wird von der BSB, der Sozialbehörde und dem Verband der Ersatzkassen finanziert. Im Folgenden wird über die Arbeit der Schulgesundheitsfachkräfte und ihre jeweiligen Erfahrungen berichtet.**

*Schulgesundheitsfachkräfte bilden eine neue Berufsgruppe im Rahmen multiprofessioneller Teams an Schulen. Innerhalb der Arbeitszeit erhält diese Personengruppe an bestimmten Tagen vertiefende Qualifizierungen und Möglichkeiten zur Reflexion. Dabei wird die Gruppe durch das Gesundheitsamt Hamburg-Nord und das Referat Gesundheit des Landesinstituts für Lehrerbildung und Schulentwicklung unterstützt. Das Pilotprojekt wird extern evaluiert und bei Erfolg auf Verstärkung geprüft.*

„Eine absolute Bereicherung für die Schule“, nennt Banu Graf, Schulleiterin der Georg-Kerschensteiner-Grundschule in Harburg, ihre neue Schulgesundheitsfachkraft Bianca Mewes, die dort seit einem halben Jahr an einem ganzen Tag und zwei halben Tagen in der Woche eingesetzt ist. „Sie ergänzt das Kollegium mit ihren Themen und Projekten. Die Kooperation klappt gut. Alles ist geprägt durch Offenheit, Selbstverantwortung und Zufriedenheit“, erklärt sie.

Wir treffen Frau Mewes zum Interview im Schulleitungsbüro, schnell wird noch Kaffee gekocht. Um 7.30 Uhr hat ihr Tag mit dem „Türdienst“ begonnen, sie war an der Reihe mit der Maskenkontrolle. Frau Mewes schildert, dass sie diesen morgendlichen Erstkontakt mit den Kindern genießt. Im Laufe ihrer Arbeitstage begegnet sie ihnen wieder,

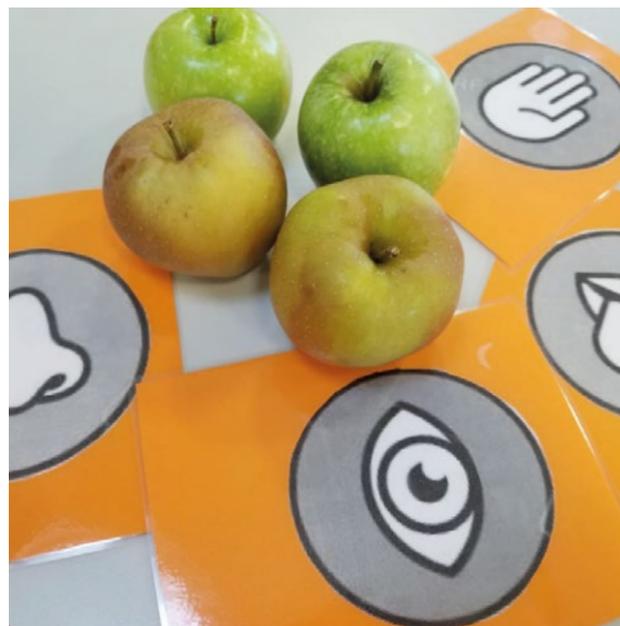
### Silke Bluhm

ist Mitarbeiterin im Referat Gesundheit im Landesinstitut für Lehrerbildung und Schulentwicklung.

z. B. wenn sie Ernährungsprojekte in der Vorschule oder im Jahrgang 2 durchführt, in Kleingruppen die auditive Wahrnehmung fördert, im Jahrgang 1 und in der Internationalen Vorbereitungsklasse regelhaft progressive Muskelentspannung anbietet oder als „Buddy“ der GemüseAckerdemie<sup>1</sup> mit Schüler:innen zusammen Gemüse anbaut. Frau Mewes freut sich, dass sie inzwischen immer mehr Kinder auf dem Schulhof mit ihrem Namen ansprechen und dass ihre Schwerpunkte „Ernährung“ und „Stressreduktion“ Anklang finden. Im Kollegium unterstützt sie die Lehrkräfte bei der Einzelfallberatung oder bei Gesundheitsthemen im Unterricht. Sie arbeitet in der Inklusionsgruppe an einem Inselkonzept mit, das Kindern Auszeiten ermöglichen soll, und besucht jeden Montag die Erzieher:innenrunde. Außerdem gestaltet Frau Mewes zusammen mit der Interkulturellen Koordinatorin einmal im Monat ein Eltern-Café, in dem auch salutogene Edukation Raum findet neben Fragen zum Umgang mit neuen Medien oder zum Thema Freundschaft. Frau Mewes baut Kontakte zu Kooperationspartnern und Netzwerken im Sozialraum Harburg zu gesundheitsförderlichen Themen auf. Noch mehr Zeit hätte sie zum Beispiel gern dafür, Schulkinder, die dies bislang vernachlässigen, bei ihrer eigenen Körperhygiene zu unterstützen.

„Die Schulgesundheitsfachkraft kommt gut an und hat einen anderen Blick von außen – mit hoher Qualität zu Gesundheitsfragen. So werden Ernährung und Bewegungseinheiten viel stärker bedacht. Sie dockt am Beratungsdienst und im Sozialraum an, kümmert sich um Vernetzung und

<sup>1</sup> siehe <https://www.acker.co/gemueseackerdemie>



um Unterstützung, zum Beispiel durch die Moby Kids<sup>2</sup>. Frau Mewes könnte an der Schule die ganze Woche über wirksam sein, nicht nur an drei Tagen“, ergänzt Frau Graf den umfangreichen Bericht ihrer neuen Mitarbeiterin über die Einsatzfelder einer Schulgesundheitsfachkraft in Hamburg. Auch Wiebke Maaß arbeitet als Schulgesundheitsfachkraft, aber auf einer Vollzeitstelle. Sie betreut zwei Grundschulen: die Schule Hohe Landwehr in Hamm und die Ganztagschule An der Elbe in Altona-Altstadt Süd. Wir treffen sie in der Schule nahe des Fischmarkts und finden einen ruhigen Platz im kleinen Musikraum. Die in beiden Schulen unterschiedlichen Schwerpunkte, Rahmenbedingungen und Strukturen prägen den Arbeitsplatz von Frau Maaß. Beide Schulen nutzen ihre Angebote zur gesundheitsförderlichen Ernährungsbildung in Form von „Feinschmecker“-Koch- und Backkursen im Ganztage. In Altona-Altstadt läuft gerade ein Projekt zur Unterstützung der Entwicklung der kindlichen Fein- und Graphomotorik, mit der sie sich als Ergotherapeutin auskennt. Frau Maaß unterstreicht wie ihre Kollegin in Harburg, dass ihr die Arbeit mit den Schulkindern besonders viel Spaß macht.

In der Schule Hohe Landwehr arbeitet sie im Beratungsteam mit und kann ihre Themen oder Vorschläge bei Bedarf in die Steuergruppe einbringen. Die Zusammenarbeit mit dem Kollegium beschreibt Frau Maaß als wichtig; sie freut sich z. B. wenn es klappt, eine Struktur für den neuen Men-

sa-Beirat zu etablieren. Sie würde sich wünschen, dass die Gesundheitsförderung in den Schulen allgemein noch „größer“ gedacht wird sowie in allen Schulentwicklungszielen und Strukturen Beachtung findet. Vor allem die Beratung von Eltern möchte sie gerne erweitern, u. a. durch das Angebot eines Eltern-Cafés.

Auch Vernetzungsarbeit leistet Frau Maaß in beiden Stadtteilen; in Altona z. B. mit der Lokalen Vernetzungsstelle Prävention und dem Kommunalen Gesundheitsförderungsmanagement. In größerer Runde mit verschiedenen Akteuren geht es um die Entwicklung einer stadtteilspezifischen Strategie zur Gesundheitsförderung. In Hamm hält sie unter anderem engen Kontakt zum Schulzahnärztlichen Dienst, der dort besonders gut klappt. Das passt, denn in Altona führt sie gerade mehrere Elterngespräche zur Zahngesundheit von Schulkindern, die sich ihre Zähne nicht putzen. Dies ist nur eine Aufgabe von vielen, die eine Schulgesundheitsfachkraft in einer Schulgemeinschaft – für alle bereichernd – übernehmen kann.

**Kontakt:**  
silke.bluhm@li-hamburg.de

<sup>2</sup> siehe <https://mobykids.de/>



# Gesundheitsbezogene Prozesse und Maßnahmen

FOTO PRIVAT

## BEZIEHUNGEN DER MENSCHEN STEHEN IM VORDERGRUND

Das Thema Gesundheit wird im Sinne eines Gelingens von guter Schule am Alten Teichweg (ATw) großgeschrieben. Dieses betrifft in erster Linie die Gesundheit der über 200 Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter, zunehmend aber auch die der Lernenden. In den letzten zehn Jahren sind diverse Bausteine zur Gesundheitsförderung entstanden. So kümmern sich circa 50 Menschen im Rahmen eines Systems von Achtsamkeitspatenschaften um Kolleginnen und Kollegen.

Die Einsetzung eines Koordinators für Gesundheit und Bewegung als Beförderungsstelle im Jahr 2012 war der Startschuss für eine umfängliche und systematisch angelegte Gesundheitsförderung. Im Folgenden werden wesentliche Bausteine dargestellt:

### Der Gesundheitszirkel

Der erste Schritt war die Gründung eines Gesundheitszirkels, in dem sieben Personen die verschiedenen Bereiche der Schule – Schulleitung, Personalrat sowie pädagogisches und nicht-pädagogisches Personal – repräsentieren.



**Dr. Rainer Ehmler**  
ist an der Grund- und Stadteilschule Alten Teichweg als Koordinator für Gesundheit und Bewegung tätig.

Ein steter Blick auf die gesundheitliche Situation aller Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter des Hauses und deren Optimierung sind das primäre Anliegen des Gesundheitszirkels. Durch die Planung, Durchführung und Auswertung einer Ganztagskonferenz zur Gesundheit konnte gleich im ersten Jahr das Thema auf breiter Basis angegangen werden.

### Informationen des Gesundheitszirkels und Vernetzung

- Die Protokolle der Treffen des Gesundheitszirkels erhalten alle acht Schulleitungsmitglieder.
- Alle neuen Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter nehmen an einer Fortbildung teil und erhalten das Informationsblatt „Neu am ATw“ zur Gesundheit und Bewegung.
- Auf der jährlichen Bilanzkonferenz wird aufgezeigt, welches die inhaltlichen Schwerpunkte des Gesundheitszirkels im Schuljahr waren, und es werden vom Kollegium Rückmeldungen zu ausgewählten Bereichen abgefordert.
- Im Rahmen eines jährlichen Readers für das Kollegium wird über Gesundheit am ATw berichtet.
- Der Koordinator für Gesundheit ist Mitglied der Steuergruppe, wodurch gesundheitliche Aspekte in die Schulentwicklung einfließen können.
- Die Bausteine der Gesundheitsförderung am ATw werden in der Fachtagung Gesundheit des Landesinsti-

tuts für Lehrerbildung, beim LI-Netzwerktreffen der Gesundheitsbeauftragten sowie in der Zeitschrift HAMBURG MACHT SCHULE vorgestellt.

- Durch die Teilnahme in der AG Gesundheit des Arbeitskreises Dulsberg wird – über die Schulgrenzen hinaus – aktiv an der Gesundheitsförderung im Stadtteil mitgewirkt.

### Personen schulen – kontinuierliche Fortbildungen

Es wurden folgende Fortbildungen ins jährliche schulinterne Angebot implementiert:

- Beim fast monatlich stattfindenden zweistündigen „Achtsamkeitstraining“ bekommen Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter stressreduzierende Möglichkeiten vorgestellt, insbesondere durch körperorientierte Übungen<sup>1</sup>.
- Der fünfstündige Workshop „Burnout-Prophylaxe“ findet im Abstand von drei Jahren statt. Dort wird bewegungsorientiert dem stressigen schulischen Alltag möglichst präventiv begegnet.
- Beim jährlichen vierstündigen Training „Achtsamer Umgang mit der Stimme“ werden Grundtechniken für den achtsamen, stimmbandschonenden und wirkungsvollen Einsatz der Stimme erlernt.

### Das System der Achtsamkeitspatenschaften

Mit dem System der Achtsamkeitspatenschaften soll an der Schule zunächst neuen Mitarbeiterinnen oder Mitarbeitern eine neutrale Person an die Seite gestellt werden. Diese achtet darauf, dass die stressenden Einflüsse zum einen reflektiert und zum anderen reduziert werden. Losgelöst von Teamstrukturen haben wir so eine Möglichkeit geschaffen, dass Fragen aus dem Arbeitsalltag beantwortet und Probleme bewertungsfrei gelöst werden. Auch jedem Schulleitungsmitglied wurde die Begleitung durch eine Patin bzw. einen Paten angeboten.

### Gesundheit der Lernenden – innerhalb und außerhalb des Unterrichts

Die Gesundheit der Schülerinnen und Schüler ist in den letzten Jahren verstärkt in den Blick des Gesundheitszirkels gelangt. Durch Implementierung unseres neuen Schulfachs LebensArt wird gleich zum Beginn der Sekundarstufe I ein Fokus auf Schule als einen gesunden Lebens- und Erlebnisraum gelegt. Das Fach LebensArt wird inhaltlich und strukturell durch eine gesteuerte Projektgruppe begleitet. Bausteine des Faches sind u. a.:

- 24 Stunden draußen: Darin wird eine naturorientierte Lebensführung angebahnt.

<sup>1</sup> Basis ist die Achtsamkeitslehre MBSR (Mindfulness-Based Stress Reduction = Achtsamkeitsbasierte Stressreduktion) nach Jon Kabat-Zinn.

- Gesunde Ernährung: Es wird nicht nur über gesunde Nahrungsmittel gesprochen, sondern es werden auch entsprechende Gerichte selbst zubereitet.
- Führen eines Dankbarkeitstagebuches: Schülerinnen und Schüler notieren darin die kleinen und großen positiven Begegnungen, Komplimente, Erfolge des schulischen Alltags, auch oder gerade im zwischenmenschlichen Bereich.
- Fahrt für einige Tage an einen See in Schleswig-Holstein, Bewegungsangebote in den Pausen – wie Spiele aus dem Spielcontainer und Tanzen – sorgen für eine Kanalisierung der Energien der Lernenden.
- Kinderschutz wird im gesteuerten Projekt „Entwicklung eines Schutzkonzepts“ großgeschrieben. Über Befragungen im Kollegium und in der Schülerschaft werden Problembereiche, wie z.B. Essstörungen und Suchtverhalten, identifiziert sowie Präventionsmodule aufgebaut. Sexualerziehung ist in verschiedenen Jahrgängen altersgerecht platziert worden.

### Eine gesunde Raumgestaltung

In einem cirka sechs Quadratmeter großen Rückzugsraum kann sich eine Person einschließen und auf dem dort befindlichen Sofa ausruhen. Zudem befindet sich mittlerweile in fast jedem Teamzimmer eine Couch. Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter können ihr Essen in aller Ruhe einnehmen. Damit nicht in der geräuschvollen Mensa gegessen werden muss, wurde eine alternative räumliche Möglichkeit geschaffen. Zusätzlich zu einem Wasserspender in der Mensa wurde ein zweiter Wasserspender an einem anderen zentralen Ort der Schule, dem sogenannten Lichthof, aufgestellt.

Die Projektgruppe „Lern(t)raum“ hat sich zum Ziel gesetzt, durch eine veränderte gesündere Raumgestaltung eine verbesserte Lernsituation für die Schülerinnen und Schüler zu ermöglichen. Hierbei werden auch ergonomische Aspekte berücksichtigt. Nach Bedarf können Mitarbeitende z.B. höhenverstellbare Schreibtische erhalten.

Pflanzen an verschiedenen Orten in den Gebäuden sorgen für ein gesünderes Raumklima.

### Evaluation der gesundheitlichen Aktivitäten

Außer der Anwendung des Instruments Gefährdungsanalyse führen wir zusätzlich eine interne Befragung zur Wirksamkeit der implementierten Bausteine der Gesundheitsförderung durch.

Zudem werden bei halbjährlichen Treffen der Achtsamkeitspatinnen und -paten kritische Punkte im Hinblick auf die Belastungssituation des Personals zusammengetragen und an die Schulleitung gemeldet. Diese konstruktiven Vorschläge führten zu Veränderungen in der Arbeitsorganisation bzw. Entlastung einzelner Personen/Personengruppen.

Zusammenfassend kann festgestellt werden, dass an der Grund- und Stadtteilschule Alter Teichweg die stetige Planung und Umsetzung neuer Bausteine sowie eine regelmäßige Evaluierung der bestehenden Bausteine zu einer kontinuierlichen Optimierung des Gesamtsystems führen. Zentral ist hierfür, dass der Gesundheitszirkel regelmäßig tagt und damit ein Stück weit kontinuierlich die „Hand am Puls“ des Kollegiums gehalten wird. Die grundlegende Unterstützung der gesundheitsfördernden Arbeit durch den Personalrat und die Schulleitung ist als maßgebliche Rückendeckung unverzichtbar. Insbesondere durch die Installation des Systems der Achtsamkeitspatenschaften hat das Thema Gesundheit eine breite kollegiale Basis erlangt.

### ☛ In der online Ausgabe weitere Informationen und Links ab Seite 54

<https://www.hamburg.de/bsb/hamburg-macht-schule/>

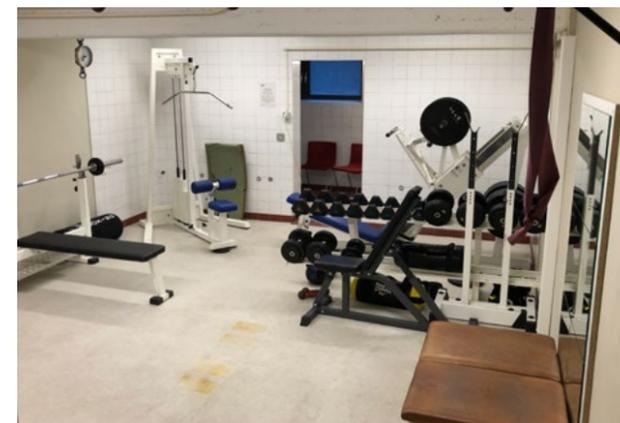
### Gemeinsame Aktivitäten – Menschen zusammenbringen

An der Schule gibt es gemeinsame Festivitäten und Groß-Treffen, bei denen man im informellen Rahmen zusammensitzt und damit den sozialen Aspekt von Gesundheit stärkt:

- Bei den jährlichen Weihnachtsfeiern, dem Grünkohlesen und dem Schuljahresausklang steht vor allem das gemeinsame Genießen von Kulinarischem im Vordergrund.
- Beim „After-Work“ lässt man z.B. nach einer Konferenz oder dem Tag der offenen Tür im kollegialen Rahmen bei einem Getränk und selbstgebackener Pizza im schuleigenen Pizzeria den Tag bzw. die Woche ausklingen.
- Nach Feierabend wird bei der Aktion „Mein Hamburg“ in einem Restaurant gestartet, um anschließend den Stadtteil zu erkunden.

### Menschen in Bewegung bringen – zahlreiche Sportangebote

- Der Schuljahresbeginn ist gekennzeichnet durch einen



gemeinsamen Kollegiumsausflug am ersten Präsenztage, bei dem bei „leichter“ Bewegung ins nachfolgende Schuljahr gestartet wird. Bisherige Aktivitäten führten zum Geo-Catching in Wilhelmsburg, zum Barfußpark in Egestorf, zur Fahrradtour über Zollenspieker nach Hoopte, zum Swinggolfspielen in Ochsenwerder oder zum „FastFoot“ – einem Mobile-Action-Game – mit dem Smartphone durch die Stadt Hamburg.

- Gemeinsam laufen Kolleginnen und Kollegen bei der jährlichen Teilnahme am Wandsbeker Halbmarathon in ATw-(3er-)Staffeln.
- Seit einigen Jahren beteiligt sich die Schule an der Aktion „Stadtradeln“, bei der jeweils über drei Wochen mittels einer App individuell Kilometer für das Team ATw gesammelt werden.
- Gemeinsam in einem Boot fahren ATw-Mitarbeiterinnen und -Mitarbeiter beim jährlichen kollegialen Kanu-ausflug in Mannschaftsbooten.
- Zudem schwitzen Mitarbeitende beim wöchentlichen Sporttreiben im ATw-Fitnessraum.
- Dort findet auch das Massage-Angebot für Mitarbeitende der Schule statt. In 20-Minuten-Zeitslots trägt alle zwei Wochen eine ehemalige Kollegin der Schule jeweils in einer Mittagspause – individuell ausgerichtet – mit ihren Händen zum Wohlbefinden der Menschen am ATw bei. Finanziert wird dieses Angebot durch die Mitarbeitenden selber.
- Fitness, Achtsamkeitstraining und weitere Angebote laufen über den Sportverein Alter Teichweg Hamburg e.V., welcher sich zum Ziel gesetzt hat, Menschen in der Schule und im Stadtteil in Bewegung zu bringen.

### Kontakt:

[rainer.ehmler@atw.hamburg.de](mailto:rainer.ehmler@atw.hamburg.de)





# Fortbildungen zur Achtsamkeit

## ERFAHRUNGEN AN DER EMIL KRAUSE SCHULE



**Carsten Polzin**  
ist Lehrkraft an der Emil Krause Schule und war Mitarbeiter im Referat Gesundheit.

In den 1970er-Jahren entwickelte der Molekularbiologe Jon Kabat-Zinn in den USA das Programm Mindfulness-Based Stress Reduction (MBSR), das Menschen helfen sollte, besser mit Stress, Angst und Krankheiten umzugehen. Am Landesinstitut bietet das Referat Gesundheit seit 2014 Seminare zur „Achtsamkeit an Hamburger Schulen“ an. Zurzeit nehmen sieben Schulen aller Schulformen mit jeweils zehn bis 20 Kolleg:innen an einer dreijährigen Qualifizierung teil.

Zuerst in den USA, dann auch in Europa, etablierten sich seit 2001 die ersten achtsamkeitsbasierten pädagogischen Programme. Für deutschsprachige Bildungsinstitutionen finden sich mittlerweile viele gut evaluierte Programme für Schulen wie z.B. AISCHU, Happy Panda Projekt, AKiJu, SEE Learning oder GAMMA. Seit mittlerweile mehr als zehn Jahren belegen seriöse internationale wissenschaftliche Studien die Wirksamkeit von Achtsamkeitsübungen.

Mit den Fortbildungen des Hamburger Landesinstituts wird ein ganzheitlicher und ressourcenorientierter Ansatz verfolgt, der Lehrkräfte sowie Schüler:innen als „Expert:innen“ für ihre eigene Persönlichkeitsentwicklung und Ressourcenstärkung sieht. Gefördert werden soziale Kompetenzen, emotionale Intelligenz sowie Resilienz und Lernkapazitäten.

### Achtsamkeit reduziert

- Stresseffekte
- psychische Symptome (z. B. Angst, Depression, Grübeln)
- Substanzabhängigkeit, Essstörungen u.a.

### Achtsamkeit verbessert

- Wohlbefinden, Gesundheit & Resilienz
- Immunfunktionen, Schlafqualität u. v. m.
- Aufmerksamkeit
- Arbeitsgedächtnis
- Impulskontrolle
- Emotionen erleben, halten & ausdrücken können
- Mitgefühl für sich & andere
- Emotionsregulation & Aggressionskontrolle
- Flexibilität des Verhaltens & Entscheidungskompetenz
- Beziehungskompetenzen & Beziehungszufriedenheit

siehe Hölzel (2015), Lyons/Delange (2016),

Ostafin et al. (2015), Davis/Hayes (2011), Sedlmeier (2016)  
„Die Schule als Bildungseinrichtung muss einer Praxis, bei der es um eine selbstbestimmte Lenkung der eigenen Gedanken und Gefühle geht, Raum geben zumindest darüber informieren, aber am besten auch Angebote machen.“  
(Zitat Lehrkraft EKS)

Mit dem Schuljahr 2018/19 wurde das Achtsamkeitsprogramm des Referates Gesundheit des Landesinstituts in Kooperation mit der DAK-Gesundheit um ein Seminarangebot erweitert, an dem mehrere Lehrkräfte aus der gleichen Schule über einen Zeitraum von drei Jahren teilnehmen können. Eine davon ist die Emil Krause Schule. Die Seminare finden dabei in den Räumen der teilnehmenden Schulen statt. Ein Vorteil dieses Angebotes besteht darin, dass nun nicht nur einzelne Lehrkräfte an einer Fortbildung teilnehmen und die neuen Erkenntnisse und Methoden anschließend lediglich vereinzelt im Unterricht anwenden, sondern dass jetzt eine Gruppe an der Schule besteht, die sich austauschen und die Inhalte an der Schule etablieren und weiterentwickeln kann.

„Ich wollte gerne Techniken erlernen, wie ich im Berufsalltag, vor allem während stressiger Momente, schnell wieder runterkommen kann.“ (Zitat Lehrkraft EKS)

Im ersten Jahr geht es darum, die eigene achtsame Haltung zu entwickeln. Im zweiten Jahr wird vermittelt, wie Achtsamkeit an der Schule etabliert und mit den Schüler:innen geübt werden kann. Im dritten Jahr begleitet das Landesinstitut die Schule beratend bei der konkreten Umsetzung vor Ort.

Inhaltliche Schwerpunkte der Qualifizierung sind:

- das Training der praktischen Umsetzung von Achtsamkeit, z. B. durch Atem- und Sitzmeditation
- die Stärkung der pädagogischen Professionalität mit Fokus auf die besonders lernförderliche pädagogische Kompetenz
- die Vermittlung von Fachwissen aus Neurobiologie, Psychologie, Ethik und Anthropologie
- die Reflexion und Weiterentwicklung des eigenen Kommunikationsstils hin zu einer einfühlsamen, Vertrauen schaffenden sowie klaren und motivierenden Sprache
- diverse Achtsamkeitsübungen, die kontinuierlich in den Unterricht eingefügt werden können
- das Etablieren von Selbstregulation und Beziehungsfähigkeit als Basis von Bildung

„Es gelingt mir besser, stressige Momente von außen zu betrachten und sie nicht sofort zu ‚meinem‘ Problem zu machen.“ (Zitat Lehrkraft EKS)

Die Emil Krause Schule nimmt an der Fortbildung mit 15 Kolleg:innen teil. Nach den ersten zwei Jahren äußern sich die Teilnehmenden durchweg positiv. Insbesondere das Stresserleben hat sich bereits verändert.

„Wenn es nach der Pause noch unruhig ist, hilft es wieder fokussiert zu sein.“ (Zitat Schüler:in EKS)

So meditieren z. B. Kolleg:innen, die bereits über Achtsam-

keitserfahrung verfügen, gemeinsam mit ihren Lerngruppen zu Beginn jeder Unterrichtsstunde, was den Jugendlichen die Möglichkeit bietet, zur Ruhe zu kommen: „Das hilft mir dabei, runterzukommen“ (Zitat Schüler:in EKS). Gleichzeitig entwickelten sich ein anderes Klassenklima und ein sicherer Rahmen: „Wir vertrauen uns in dieser Gruppe mehr als in anderen“ (Zitat Schüler:in EKS). Mittlerweile fordern die Schüler:innen diese Übungen zur Aufmerksamkeitsfokussierung sogar offensiv ein: „Das sollte jeden Morgen gemacht werden“ (Zitat Schüler:in EKS).

„Ich möchte da nicht mitmachen, weil da zu viele Sachen hochkommen.“ (Zitat Schüler:in EKS)

Natürlich darf nicht außer Acht gelassen werden, dass Achtsamkeit, wie auch alle anderen Programme zur Selbstreflexion und -stärkung, Risiken mit sich bringen können. Das Oxford Mindfulness Center hat erforscht, dass Achtsamkeit sicher ist, wenn:

- die Intensität der Übungen möglichst niedrig ist
- sie mit guter Instruktion eingeführt wird, da psychische Erkrankungen einen Risikofaktor darstellen
- Achtsamkeitslehrende gut und qualifiziert ausgebildet sind

### Bilanz und Ausblick

Abschließend bleibt zu erwähnen, dass Achtsamkeit kein „Allheilmittel“ für herausfordernde Situationen ist; es gilt immer wieder zu prüfen, ob andere pädagogische Interventionen angemessener wären. Vom Einsatz von Achtsamkeitsübungen zur Leistungssteigerung, Disziplinierung und Ruhigstellung oder als oberflächliche Auflockerungsübung unter Ausblendung ihrer Tiefendimension ist abzuraten. Weitere denkbare Umsetzungsmöglichkeiten an unserer Schule wären, gerade für die Jüngeren, über den Tag verteilt eine Mischung aus An- und Entspannungsphasen anzubieten sowie Ruheräume für alle zu etablieren. Auch von den Lehrkräften angeleitete Pausenangebote, um sich im Arbeitsalltag zwischendurch wieder „zu erden“, wären sinnvoll. Außerdem wollen wir zukünftig einen stärkeren Fokus auf eine achtsame Sprache legen. Wie wir sprechen und Gespräche führen, hat bedeutenden Einfluss darauf, wie wir wahrgenommen werden und welche Lernerfolge wir erzielen.

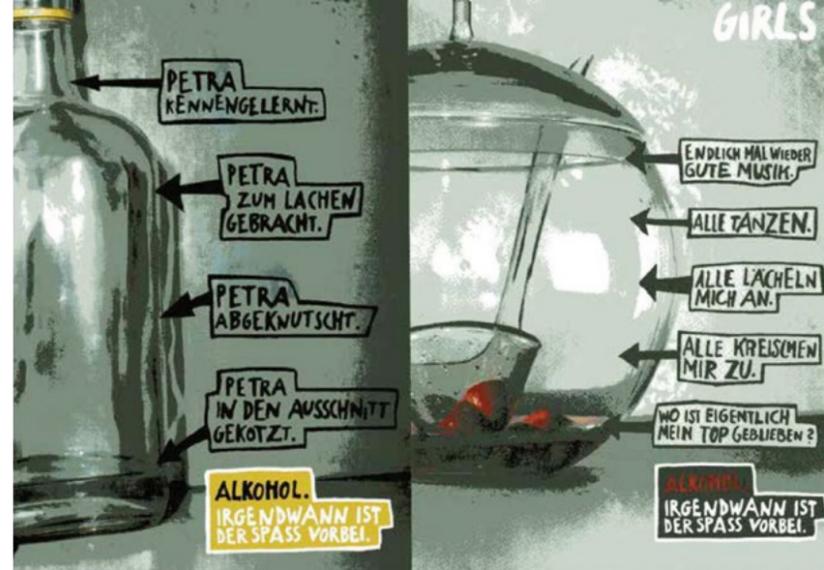
Die Erfahrungen aus der Emil Krause Schule zeigen, dass eine achtsame Haltung eine Grundlage für gelingende Lern- und Bildungsprozesse sowie für Gesundheit darstellt.

📌 In der online Ausgabe weitere Informationen und Links ab Seite 54

<https://www.hamburg.de/bsb/hamburg-macht-schule/>

**Kontakt:**

[carsten.polzin@krausenetz.de](mailto:carsten.polzin@krausenetz.de)



Aus: Materialien des Büros für Suchtprävention der Hamburgischen Landesstelle für Suchtfragen e.V.

# Schüler:innengesundheit und Suchtprävention

## GYMNASIUM RISSEN UND GOETHE-GYMNASIUM: EIN VERGLEICH ZWEIER KONZEPTE

### Lebenskompetenzen in den Jahrgängen 5 und 6 als Grundlage der Suchtprävention:

„Ich habe das ganze Wochenende Computer gespielt. Ich war so traurig, dass ich irgendwann einfach den Deckel drauf gemacht habe.“ Der kleine Fünftklässler findet im Klassenrat des Gymnasiums Rissen Worte für seinen Umgang mit Frust. Er bezieht sich dabei auf das Bild eines seelischen Tanks: Um den Alltag zu bewältigen, bedarf es Kraftquellen wie familiärer und freundschaftlicher Bindungen oder Hobbys. Fühlt sich der Tank leer an, greifen Menschen manchmal zu Ersatzmitteln: Substanzen oder bestimmte Verhaltensweisen verschließen den Tank wie ein Deckel und können auf Dauer süchtig machen. Die individuelle Anfälligkeit für Drogen und selbstgefährdendes Verhalten wird durch die Beschaffenheit des Suchtmittels und durch persönliche Faktoren sowie durch das soziale und familiäre Umfeld beeinflusst. Wichtige Eckpunkte schulischer Suchtprävention sind somit die Zusammenarbeit mit den Eltern und altersgemäße Informationen von Eltern und Schüler\*innen zu Verhaltenssüchten und riskantem Konsum. Ergänzend sollten sportliche und erlebnispädagogische Alternativen aufgezeigt und der Selbstwert der Schüler\*innen gestärkt werden. Anregungen finden Lehrkräfte in den Materialien „Time4you“ und „Selbstständig werden – eigenständig bleiben“ des SuchtpräventionsZentrums (SPZ) des LI.

### Die Notwendigkeit eines schulischen Suchtpräventionskonzepts und dessen curriculare Einbindung

Die SCHULBUS-Studie von Sucht.Hamburg erhebt regelmäßig Daten zum Konsumverhalten der 14- bis 17-jährigen Jugendlichen an Hamburger Schulen. Nach der letzten Studie aus 2018 konsumiert jede\*r dritte Jugendliche die-



**Stefanie Görris**  
iBeratungslehrerin und Präventionsbeauftragte am Goethe-Gymnasium und pädagogische Mitarbeiterin am SuchtPräventions-Zentrum des Landesinstituts für Lehrerbildung und Schulentwicklung



**Andrea Rodiek**  
leitet das SuchtPräventionsZentrum (SPZ) am Landesinstitut für Lehrerbildung und Schulentwicklung.



**Jan Zeidler**  
ist Beratungslehrer und Präventionsbeauftragter am Gymnasium Rissen sowie pädagogischer Mitarbeiter am SuchtPräventionsZentrum des Landesinstituts für Lehrerbildung und Schulentwicklung.

ser Altersgruppe regelmäßig Alkohol. Jede\*r vierte hat bereits Cannabis probiert und bei etwa 5% der Schüler\*innen gibt es diesbezüglich Hinweise auf eine Abhängigkeit. Das Ausmaß exzessiver Mediennutzung wurde durch die Pandemie verstärkt: Laut aktueller JIM-Studie spielen 72% der Jugendlichen regelmäßig digitale Spiele. Die Internet- und Smartphone-Nutzung nehmen demnach in der Freizeitgestaltung die ersten Plätze ein. Die DAK-Studie „Mediennutzung während der Corona-Pandemie“ belegt einen akuten Anstieg von 52% in der pathologischen Nutzung digitaler Medien bei jungen Menschen. Jugendliche interessieren sich oftmals schon lange vor dem ersten Ausprobieren für Ver-

haltensweisen und Konsummittel. Im Austausch mit Peers bilden sich falsche Erwartungen aus. Schulen kommt somit die Aufgabe zu, Schüler\*innen im Rahmen des Aufgabengebietes der Gesundheitsförderung/Suchtprävention über Wirkungen und Gefahren aufzuklären: Das Ziel ist, je nach Substanz, ein bewusster, verhinderter oder verzögerter Konsum. Schulische Suchtprävention ist nachhaltig, wenn Kooperation, eine gemeinsame Haltung und eine Regelmäßigkeit durch curriculare Verankerung zugrunde liegen. Durch den vollen schulischen Terminkalender stellt sich die Frage: Wie erreichen wir eine größtmögliche Nachhaltigkeit mit einem vertretbaren Aufwand von Zeit und Ressourcen?

### Unterstützung durch externe Expert\*innen und durch die Expertise älterer Schüler\*innen

In den 5. Klassen besitzt ein Großteil der Schüler\*innen bereits ein Smartphone und hat Zugang zu einem Computer. Das Referat für Medienpädagogik am LI bietet Ausbildungen für Medienscouts an: Ältere Schüler\*innen bieten an beiden Gymnasien in den Jahrgängen 5 und 6 Workshops an zu Chancen und Risiken digitaler Medien. Begleitend findet jährlich eine Informationsveranstaltung für Eltern der Jahrgänge 5 bis 8 durch das SPZ statt. Am Goethe-Gymnasium erheben die Schüler\*innen eines Oberstufenprofils klassenbezogene Umfragen zum Medienkonsum der Fünftklässler\*innen und thematisieren diese im Klassenverband. Die Ergebnisse werden durch die Beratungslehrkraft und das SPZ auf einem Themenabend zu digitalen Medien präsentiert.

### Eine Projektwoche in einem Jahrgang oder thematische Projekttage in verschiedenen Jahrgängen?

Schüler\*innen sollten früh über Suchtgefahren aufgeklärt werden. Zugleich sollte das Gelernte regelmäßig in Erinnerung gerufen und in Bezug zu der aktuellen Lebenssituation gesetzt werden. Das Goethe-Gymnasium veranstaltet Projektwochen in den Jahrgängen 6 und 7. Das Gymnasium Rissen widmet jedem Jahrgang der Sek I ein suchtpreventives Schwerpunktthema mit einem Projekttag für die Schüler\*innen und einem begleitenden Elterninformationsabend durch das SPZ. Beide Schulen nutzen die Lernarrangements „Digitale Medien: Chancen und Risiken“ sowie „Nikotin, Alkohol und Cannabis“ des SPZ, die Übungen im Klassenverband sowie Kurzprojekte und das Lernen an Stationen verbinden.

Bei der Implementierung eines Suchtpräventionskonzepts bietet eine Projektwoche die Vorteile eines zeitlich angemessenen Rahmens und der großen Aufmerksamkeit in der Elternschaft des Jahrgangs. Eine curriculare Verankerung der Suchtprävention durch einzelne Projektstage bietet diesen Vorzug nicht, kann sich aber auf alterstypische Themenbereiche konzentrieren und durch begleitende Informationsveranstaltungen die Eltern eines Jahrgangs einbeziehen. Projektstage bieten darüber hinaus die Möglichkeit, Konsumtendenzen in der Klasse zu überprüfen und in Kooperation mit der Beratungslehrkraft zu reagieren.

Jg.	GYMNASIUM RISSEN	GOETHE-GYMNASIUM
5	Erlebnispädagogische Klassenreise Lebenskompetenzen im Klassenrat Medienscouts: Verantwortungsvolle Handynutzung	
6		Medienprojekt durch ein Oberstufenprofil
7	Nichtraucher-Wettbewerb „Be smart, don't start“ (regelmäßige Rückmeldung im Klassenverband)	
7		Projektwoche „Digitale Medien – Chancen und Risiken“, Ausflugstag „Klettern“, Übergang 6/7 gestalten Dreitägiges Lebenskompetenztraining Beginn Klasse 7 Projektwoche zu „Nikotin, Cannabis und Alkohol“, inkl. Erlebnistag „Riskier was“
8	Projekttag zu Alkohol	Erlebnispädagogische Klassenreise
9	Projekttag zu Cannabis	
10	Projekttag zu Stressprävention	Medienscouts
11		

### Herausforderungen für Schulen bei der Umsetzung eines Suchtpräventionskonzepts

Bei der Umsetzung eines Suchtpräventionskonzepts ist die zeitliche Umsetzbarkeit eine Herausforderung. Die curriculare Kopplung des Themas an einen Jahrgang während der Projektwoche oder an einzelne Projektstage in verschiedenen Jahrgängen schafft die Möglichkeit zu einer fundierten Präventionsarbeit. Häufig befürchten Fachlehrkräfte mangelnde eigene Expertise. Das SPZ unterstützt durch motivierendes und einfach umzusetzendes Unterrichtsmaterial und gibt Sicherheit durch Fortbildungen der Lehrkräfte.

Suchtprävention beginnt an weiterführenden Schulen meistens früh. Leider wird in der Oberstufe wegen der Fülle an Unterrichtsstoff und des empfundenen Zeitmangels selten daran angeknüpft. Doch gerade dieser vermehrte Zeitdruck wird auch durch die Schüler\*innen als belastend empfunden. Er ist mit dem Druck der Fünftklässler\*innen nach dem Übergang von der Grundschule auf eine weiterführende Schule vergleichbar.

Daher sollten, wie künftig am Gymnasium Rissen, auch in der Oberstufe Lebenskompetenzen zur Stressreduktion vertieft werden.

Chancen und Risiken der zunehmenden Digitalisierung jugendlicher Lebenswelten und der Berufswelt machen eine Verankerung dieses zentralen Themas in den Curricula der Fächer an den Schulen unabdingbar.

Der Konsum riskanter Stoffe durch Schüler\*innen sowie gesundheitsgefährdende Verhaltensweisen betreffen alle weiterführenden Schulen. Neben der Präventionsarbeit bedarf es schulischer Regeln und Maßnahmen im Umgang mit dem Konsum im schulischen Kontext. Die Elternschaft sollte über diese Verabredungen informiert werden und die schulische Arbeit unterstützen. Es besteht die Möglichkeit, dass Eltern ein bestehendes Präventionskonzept als Hinweis auf eine schulische Problemlage interpretieren. Das Gegenteil ist der Fall: Ein Konzept und ein offener Umgang damit ist eine der Voraussetzungen, Jugendliche in ihrer gesunden Entwicklung zu unterstützen.

#### Kontakte:

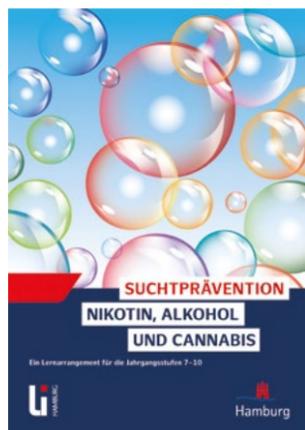
andrea.rodiek@bsb.hamburg.de

jan.zeidler@bsb.hamburg.de

stefanie.goerris@bsb.hamburg.de

📍 In der online Ausgabe weitere Informationen und Links ab Seite 54

<https://www.hamburg.de/bsb/hamburg-macht-schule/>



Buchempfehlungen zum Thema Suchtprävention und Digitale Medien herausgegeben vom Li

# „Musik und Rhythmus finden ihren Weg zu den geheimsten Plätzen der Seele“

## MUSIKTHERAPEUTISCHE ANGEBOTE IM SCHULALLTAG



Das Heisenberg-Gymnasium hat als bewegte und gesunde Schule unterschiedliche Maßnahmen zur Gesundheit implementiert. In diesem Bericht wird dargestellt, wie durch die musiktherapeutischen Angebote der Klangwerkstatt für Jugendliche und der Supervision für Lehrkräfte die psychosoziale Gesundheit in der Schule gestärkt wird.

Seit nunmehr fast 20 Jahren befinde ich mich an einem der bedeutendsten Orte der Gesellschaft. Ich arbeite – wie meine Kolleg:innen – in der Schule. Somit beschäftige ich mich mit dem Wertvollsten, was unsere Gesellschaft hat: unseren Kindern; sich entwickelnde Individuen, heranwachsende Kinder und Jugendliche mit Körper, Seele und Geist, die uns in der Schule anvertraut werden.

Ich bin Lehrerin, Beratungslehrerin und Musiktherapeutin. „Was hat denn Therapie mit Schule zu tun?“, werden sich vielleicht viele fragen. In der Schule erlebe ich Kinder, die deutlich hinter ihrem Leistungsvermögen zurückbleiben sowie Jugendliche, die die Schule nur wegen der Pflicht besuchen. Ich bekomme Schicksalsschläge erzählt und erfahre von Ängsten und Sorgen. Oft haben persönliche Probleme direkte Auswirkungen auf das Lernen, aber auch auf die Lehrsituation der Lehrkräfte. Wo die Bedürftigkeit hoch ist oder Konflikte Beziehungen beeinträchtigen, wird die Konzentration auf das Lernen schwierig. Deshalb ist es mir wichtig, die Individuen in der Schule als Menschen mit Leib und Seele über das kognitive Lernen und Lehren hinaus wahrzunehmen.



**Christiane Ebeling**

ist Musiktherapeutin (M.A., Heilpraktikerin für Psychotherapie), Beratungslehrerin und Lehrerin für Musik und Geschichte am Heisenberg-Gymnasium.

### Unbekannte Wege gehen

Vor diesem Hintergrund entstanden am Heisenberg-Gymnasium zwei musiktherapeutisch orientierte Projekte, in denen das Verhältnis von Schule und Therapie neu ausgelotet wird und bei denen am Gymnasium bisher unbekannte Wege gegangen werden. Für die Schüler:innen entstand die Klangwerkstatt und für die Kolleg:innen die musiktherapeutisch orientierte Supervision. Beide Projekte sind eingebunden in unser Konzept der Gesunden Schule<sup>1</sup>.

### Musiktherapie – ein geschützter Raum

Wie im Eingangszitat erwähnt, wusste bereits Platon, dass Musik berührt, Resonanz auslöst, Wahrnehmung anregt. Musik löst Gefühle aus, öffnet Türen zu inneren Bildern und eröffnet Spielräume, Selbstwirksamkeit zu erfahren und Kontakt zu gestalten, mit Nähe und Distanz zu experimentieren, Gemeinschaft zu erleben. Musiktherapie setzt Musik und musikalische Improvisation als vertiefendes Medium für die Wahrnehmung, den Ausdruck und die Kommunikation ein und kann unterstützend dabei sein, Verhalten zu reflektieren und zu verändern. Es wird in der Schule ein geschützter, leistungsfreier Raum geschaffen, sich mit starken, aber auch verletzten Seiten zu zeigen und Unterstützung und Halt zu bekommen.

### Eine Klangwerkstatt für Schüler:innen

Der Bedarf für psychosoziale Unterstützung war auch vor den Corona-Maßnahmen hoch: 22 % der Kinder und Jugendlichen wiesen laut BELLA-Studie<sup>2</sup> schon 2018 psychi-

<sup>1</sup> siehe <https://hg-hh.de/profil/gesunde-schule>

<sup>2</sup> siehe <https://www.uke.de/kliniken-institute/kliniken/kinder-und-jugendpsychiatrie-psychotherapie-und-psychosomatik/forschung/arbeitsgruppen/child-public-health/forschung/bella-studie.html>

sche Auffälligkeiten oder Erkrankungen auf. So lösen am Gymnasium Leistungsanforderungen sowie soziale Anforderungen (z.B. Abwehr und Auseinandersetzung mit Mobbing) bei 20,4 % der Schüler:innen erheblichen Stress aus. Die COPSy-Studie des UKE (2021) zeigt deutlich eine weitere Verschärfung der psychischen Beeinträchtigungen von Kindern und Jugendlichen seit den Corona-Maßnahmen<sup>3</sup>.

In der *Klangwerkstatt* geht es somit darum, einen niedrigschwelligen, bewertungsfreien Begegnungs- und Spielraum zur Verfügung zu stellen. Musik ist dabei das Medium, das auch ohne Sprache im musikalischen Spiel das zum Ausdruck bringt, was (noch) nicht gesagt werden kann. Auch ohne einen pathologisierenden Befund besteht hier die Möglichkeit, im vertrauten schulischen Raum präventiv Unterstützung bei Schwierigkeiten und den mitunter herausfordernden Entwicklungsaufgaben der Pubertät zu leisten. Die *Klangwerkstatt* am Heisenberg-Gymnasium ist ein Angebot für kleine Gruppen von 3-4 Schüler:innen, die über die Klassenlehrkräfte oder über die Beratung bei mir als Musiktherapeutin angemeldet werden. Im Zuge der aktuellen Verschärfung der psychosozialen Situation ist auch eine Einzelunterstützung immer häufiger geworden. Das Angebot findet wöchentlich im Musikraum statt. Indikationen für die Aufnahme in die *Klangwerkstatt* sind Belastungen wie Wahrnehmungs-, Konzentrations- und Lernstörungen, Störungen des Sozialverhaltens, Ängste und aktuelle emotionale Stressoren.

Ausgehend von der aktuellen Befindlichkeit wird improvisiert und gemeinsam gespielt. Es gibt kein Richtig oder Falsch. Dabei geht es nicht darum, musikalische Fähigkeiten zu entwickeln, sondern Jugendliche mit ihrer Persönlichkeit ins Zentrum zu rücken. Neben der Improvisation kommen Rollenspiele, körperorientierte Spiele zur Wahrnehmung, Entspannung und Bewegung, Imagination sowie reflektierende Gespräche zum Tragen.

### Die musiktherapeutisch orientierte Supervision

Das zweite musiktherapeutisch ausgerichtete Angebot richtet sich an die Kolleg:innen. Im Rahmen von Fortbildungsstunden gibt es am Heisenberg-Gymnasium regelmäßige freiwillige Supervision. Das Kollegium hat einen steigenden Bedarf geäußert, Unterrichtsstörungen und Konflikte besser verstehen zu wollen, um konstruktiver damit umgehen zu können. Dahinter steht der Gedanke – im Sinne der Prävention für Lehrergesundheit und Berufszufriedenheit – sich kollegial im geschützten Raum auszutauschen und die

eigene professionelle Rolle weiterzuentwickeln. Studien zur Lehrergesundheit belegen die psychische Beanspruchung in unserem Beruf mit häufigen Symptomen wie Erschöpfung, Nervosität, Reizbarkeit und Schlafstörungen.

So sind die Ziele der Supervision die berufsrollenbezogene Reflexion, die Entlastungsfunktion sowie der Motivationserhalt. Hier können die eigene Lehrerrolle reflektiert und Beziehungsdynamiken im Klassenraum besser verstanden werden, um anschließend konstruktiver mit Schwierigkeiten und Konflikten umgehen zu können.

Das Besondere dieser Art der Supervision ist auch hier der Einsatz der musikalischen Improvisation. Nachdem eine Person einen Fall eingebracht hat, werden die Rollen verteilt. Im musikalischen Rollenspiel bilden sich nun die Beziehungsdynamiken verdichtet im Hier und Jetzt ab und werden so reflektierbar. Das Verständnis geht also über die Sprachebene hinaus und wird in der Emotionalität im musikalischen Rollenspiel erfahrbar. Die Supervisionsgruppe wird zum Resonanzkörper für Beziehungsdynamiken. Aus dem Prozess des Verstehens können Haltungen und Wege gefunden werden, mit Konflikten konstruktiver umzugehen. Da die Gruppe fortlaufend im Schuljahr existiert, wird der Entwicklungsprozess kontinuierlich begleitet. Der geschützte Raum und die Austauschmöglichkeit werden von den Kolleg:innen sehr geschätzt, denn im Schulalltag gibt es kaum andere Möglichkeiten der Reflexion und der Konfliktbewältigung.

Beide Projekte haben im Fokus, die Individuen mit ihren Gefühlen stärker als bisher in die Lebenswelt Schule zu integrieren. Regelmäßig stelle ich diese inzwischen fest implementierten Angebote auf Lehrkräftekonferenzen und in schulischen Gremien vor. Auch auf der Internetseite der Schule wird das Angebot beschrieben. Auf diese Weise werden die Projekte Stützpfiler der schulischen Gesundheitsförderung und Bausteine einer positiven Schulkultur im Umgang und in Resonanz miteinander.

Bei weitergehendem Interesse melden Sie sich gern!

#### Kontakt:

*Christiane.Ebeling@hghnet.de*

<sup>3</sup> siehe <https://www.uke.de/kliniken-institute/kliniken/kinder-und-jugendpsychiatrie-psychotherapie-und-psychosomatik/forschung/arbeitsgruppen/child-public-health/forschung/copsy-studie.html>

# Entlastung durch Kooperation im pädagogischen Alltag

## BEOBACHTUNGEN AUS DER PERSPEKTIVE DER UNTERRICHTSENTWICKLUNGSBEGLEITUNG



**Juliane Troje**

ist im Referat Inklusive Schul- und Unterrichtsentwicklung im Landesinstitut für Lehrerbildung und Schulentwicklung tätig.

**Bei dem Besuch von Schulen fällt auf, dass trotz eines durchaus vorhandenen Gesundheitsbewusstseins und entsprechender Auszeichnungen als gesunde und/oder bewegte Schule Lehrkräfte ihren Arbeitsalltag als anstrengend erleben. Braucht es also noch andere Aktivitäten, um das Problem der Belastung an der Wurzel zu packen? Im Folgenden wird betrachtet, inwieweit dem durch verstärkte Kooperationsstrukturen begegnet werden kann.**

Es ist Montag, 7.30 Uhr, das Logo mit der Möhre der Hamburgischen Arbeitsgemeinschaft für Gesundheitsförderung e.V. kündigt schon am Eingang davon, dass wir heute in einer „Gesunden Schule“ zu Gast sind. So gibt es beim Frühstück in der 2c Gemüse und Vollkornbrot, während auf dem Smartboard eine Comicfigur die Bedeutung vitaminreicher Kost besingt. Im Teamraum verwöhnen Eltern das Kollegium mit Obst und Kuchen; Aushänge werben für gemeinschaftliche Bewegung und zeigen Fotos der neuen Chillout-Lounge.

### Belastungen

Erste Maßnahmen zur Schaffung eines gesundheitsförderlichen Schulklimas sind in dieser Schule getroffen worden, und doch nehmen wir im Zuge unseres Besuches wiederholt wahr, dass auch an dieser Schule Kolleg:innen ihre Arbeit als stark belastend empfinden. Diese Belastung, die nicht selten durch Fehlbeanspruchung entsteht und in der Folge zu Krankheit und längerer Arbeitsunfähigkeit führen kann, ist in unserer Begleitung von Schulen ein permanentes Thema. Fragen wir die Beteiligten nach ihrer konkreten Not, hören wir fast immer von Störungen, entweder im Unterricht selbst oder durch oft kurzfristige, krankheitsbedingte Planänderungen. Zugleich stemmen noch viele Lehrkräfte die Planung ihres Unterrichts allein und tauschen sich kaum aus.

„Soziale Unterstützung stellt eine bedeutsame Ressource dar, die dabei hilft, Herausforderungen im beruflichen Kontext nicht als Belastung (...) zu erleben.“ (vbw, 2014) Aber wie muss diese Ressource gestaltet sein, um die Pädagog:innen signifikant zu entlasten?

Spätestens seit Hattie wissen wir, dass „die kollektive Wirksamkeit – also die gemeinsame Überzeugung der Lehrkräf-

te, Lernprozesse von Schülerinnen und Schülern positiv beeinflussen zu können – der stärkste Einflussfaktor für Lernerfolg überhaupt ist. Die kollektive Wirksamkeit entsteht, wenn Lehrkräfte zusammenarbeiten, wenn sie sich von punktuellen Absprachen und Impulsen hin zur kooperativen Professionalität entwickeln.“ (Sliwka/Klopsch, 2022)

### In den Austausch gehen

Etliche Schulen haben inzwischen funktionale Strukturen geschaffen, um ihr pädagogisches Handeln abzustimmen und kollegiale Unterstützungssysteme auszubauen. An der Grundschule Kamminer Straße etwa haben die Pädagog:innen nach einer kollegialen Fallberatung festgestellt, dass bei vielen von ihnen das größte Stresspotential eine ähnliche Ursache hat: Kinder, die kaum reagieren, sich nicht konzentrieren können, den Unterricht stören. Aus dieser Erkenntnis erwuchs ein längerfristiger Prozess mit dem Ziel, durch differenzierte Beobachtung herausforderndes Verhalten zu entschlüsseln und den Kindern mit darauf abgestimmten Maßnahmen Teilhabe am Unterricht zu ermöglichen. Welche Verhaltensweisen beobachten wir bei – wir nennen ihn stellvertretend – Leon? In welchem Kontext? Gibt es Zeiten, Räume, Unterrichtspraktiken, die eine Veränderung seines Verhaltens hervorrufen? Die Teams tauschen ihre anonymisierten Beobachtungen aus, stellen Hypothesen auf und beraten einander. Carolin Meyercordt, Kollegin und Steuergruppenmitglied, findet: „Der Clou daran ist der unvoreingenommene Blick auf das Kind, der wiederum eine unvoreingenommene Umsetzung ermöglicht.“ Zudem gewährleistet das Verfahren, dass alle mit Leon arbeitenden Pädagog:innen um dessen individuelle Bedürfnisse wissen. Fehlt ihm in Englisch die Struktur, wird das in Sport oder Mathe nicht anders sein. Braucht er handlungsorientierte

Lernzugänge, gilt das vermutlich nicht nur für den Sachunterricht. Findet die Deutschlehrerin aber einen erfolgreichen Weg für ihn, können alle anderen davon profitieren. Es lohnt sich also, gemeinsam darüber nachzudenken, wie ein Lerngegenstand für Leon aufbereitet, Aufgaben formuliert und Arbeit in unterschiedlichen Sozialformen organisiert werden können. Dadurch wird Leon ruhiger, die Lehrkraft kann sich auch anderen Kindern widmen, ihre Belastung wird reduziert. Im Idealfall erlebt sie eine höhere Selbstwirksamkeit.

### Partizipation

Ähnliche Erfahrungen macht die Schule Iserberg, die sich ursprünglich wegen eines Sozialtrainings an uns gewandt hat. Durch häufige Unruhe und Störungen war das Team an seine Grenzen gelangt. Nachdem wir mit Leitung und Lenkungsgruppe zwei Tage lang den Schulalltag unter die Lupe genommen hatten, war klar, dass es hier keines Trainings der Schüler:innen bedurfte. „Das Problem sind nicht die Kinder, sondern wir!“, stellte eine Kollegin erschrocken fest und meinte, sie beteiligten die Schüler:innen viel zu wenig an ihren Lern- und Kommunikationsprozessen. Diese Erkenntnis war nicht leicht zu verdauen, und doch machte sich die Schule auf den Weg zu mehr Partizipation im Schulalltag. Zehn Kolleg:innen fanden sich zu einem pädagogisch-didaktischen Planungsteam zusammen, das seither Maßnahmen erarbeitet und für Konferenzen mit dem Gesamtkollegium vorbereitet. Ausgehend von den Prinzipien ermutigender Kommunikation werden laufend verschiedene partizipative Ebenen des Lernens und Lehrens erprobt, im Klassenteam reflektiert und weiterentwickelt. Nicole Essing, die Schulleiterin, äußert: „Mir scheint, dass dadurch, dass wir die ermutigende Kommunikation immer wieder aufgreifen, viele Kolleg:innen enger zusammengedrückt und auch stabiler geworden sind. Manche haben eine deutlich positivere Haltung den Kindern gegenüber entwickelt und sind dadurch selbst besser aufgestellt. Wenn man den Fokus auf Gelingen legt, merkt man ganz deutlich den Nutzen der Kooperation.“

### Gemeinsam Strategien entwickeln

Kooperation kann aber auch die Leitungsebene entlasten. So berichtet Michael Stüper, Leiter der Katholischen Schule St. Paulus in Billstedt, über den Teamentwicklungsprozess, dem er sich mit seinem Leitungsteam gestellt hat: „Die gemeinsame Strategieentwicklung hat klargemacht, wohin wir wollen. Ich muss nicht mehr bei jeder Entscheidung über das Ziel diskutieren, sondern kann mich unmittelbar daran orientieren.“ Die Teamwertung beginnt mit der intensiven, stellenweise kontroversen Auseinandersetzung darüber, welches Bild vom Lernen die einzelnen Teammitglieder haben und was ihre Schüler:innen am Standort brauchen.

Durch diesen Diskurs hat das Team zu einer gemeinsamen Strategie gefunden, die in fünf Leitsätze gegossen wurde und fortan Prämisse für sämtliche Entscheidungen sein soll. Inzwischen ist die Steuergruppe mit der Umsetzung der Leitsätze beauftragt und setzt den ko-konstruktiven Prozess der Leitung fort.

### Schlussfolgerungen

Die genannten Beispiele zeigen, dass die empfundene Belastung von Mitarbeitenden spürbar reduziert werden kann, wenn es gelingt, durch gemeinsame Anstrengung den Herausforderungen im Schulalltag zu begegnen. Viele scheuen jedoch den Aufwand, den komplexe Kooperation zunächst bedeutet. Kooperation ist nicht beliebig. Sie braucht einen verbindlichen, von der Schule gesetzten Rahmen, wer wozu mit wem wann zusammenarbeiten soll. Nur so können die Beteiligten rasch positive Erfahrungen machen. In Hamburg werden gerade zahlreiche Schulen um- und neugebaut. Die fortgeschrittene Digitalisierung schafft überdies neue, flexible Möglichkeiten der systematischen Zusammenarbeit. Gute Anlässe also, um Kooperationsstandards zu setzen, aber dabei die Chillout-Lounge nicht zu vergessen. Die Möhre am Eingangstor dürfte so noch kräftiger strahlen.

➔ **In der online Ausgabe weitere Informationen und Links ab Seite 54**  
<https://www.hamburg.de/bsb/hamburg-macht-schule/>

### Kontakt:

[juliane.troje@li-hamburg.de](mailto:juliane.troje@li-hamburg.de)

Logo Iserberg

## PARTIZIPATION

**Was habe ich ausprobiert? Welche Erfahrungen habe ich gemacht?**

<p><input type="checkbox"/> <b>Lernziel</b> (z.B. eigenes/gemeinsames (Wochen)ziel) Was genau?</p> <p>_____</p> <p>_____</p> <p>_____</p>	<p><input type="checkbox"/> <b>Klassenrat</b> (z.B. Beteiligung, Aufgabe) Was genau?</p> <p>_____</p> <p>_____</p> <p>_____</p>
<p><input type="checkbox"/> <b>Ermütigung</b> (z.B. Gespräch, Rückmeldung) Was genau?</p> <p>_____</p> <p>_____</p> <p>_____</p>	<p><input type="checkbox"/> <b>WAP</b> (z.B. individuelle, selbstgewählte, handlungsorientierte Aufgaben) Was genau?</p> <p>_____</p> <p>_____</p> <p>_____</p>
<p><input type="checkbox"/> <b>Sonstiges</b> Was genau?</p> <p>_____</p> <p>_____</p> <p>_____</p>	

Kind

Gelingensmoment:

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

**Was ist dadurch für meine pädagogische Arbeit möglich geworden?**

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

**Erprobungsdokumentation als Besprechungsgrundlage für die Reflexionssitzungen im Team**



**Daniela Bergau**  
 ist Lehrerin und Fachberaterin für Gesundheitsmanagement an der Beruflichen Schule Farmsen - BS19.

# Auf dem Weg zur gesunden Schule

## GESUNDHEITSMANAGEMENT AN DER BERUFLICHEN SCHULE FARMSSEN (BS19)

Studien zeigen, dass der Beruf „Lehrkraft“ ein hohes Belastungsrisiko aufweist. Viele Lehrerinnen und Lehrer fühlen sich durch die Komplexität und das hohe Beanspruchungspotential des Berufs oft psychisch und psychosomatisch belastet.<sup>1</sup> Dies hat die Corona-Pandemie noch einmal zusätzlich verdeutlicht und den Fokus des Gesundheitsmanagements der BS19 auf die Arbeitssituation von Lehrkräften verstärkt.

### Funktionsstelle für das Gesundheitsmanagement

Ziel unseres Gesundheitsmanagements ist es, dass die Berücksichtigung der Personalgesundheit ein integraler Bestandteil der Schulentwicklung wird. Lehrkräfte, die sich gesund fühlen, können engagierter und innovativer agieren.<sup>2</sup> Dies kommt den Schülerinnen und Schülern der gesamten Schule und natürlich einem selbst zugute. So hat das Hamburger Institut für Berufliche Bildung, der Träger der beruflichen Schulen in Hamburg, im Bereich Qualitätsmanagement das Thema Gesundheit aufgenommen. Dort heißt es, dass eine Schule über ein Konzept zum Gesundheitsmanagement verfügen und die Arbeitszufriedenheit des Kollegiums einen hohen Stellenwert genießen sollte.<sup>3</sup>

- 1 z.B. Haufe, E.; Scheuch, K.; Seibt, R.: Lehrergesundheit, in: Deutsches Ärzteblatt, Jg. 112, Heft 20, Mai 2015, S. 347f., aus: <https://www.aerzteblatt.de/archiv/170601/Lehrergesundheit> (Zugriff 27.05.2022)
- 2 Prof. Dr. Seibert, N.: Lehrergesundheit und Berufszufriedenheit, aus: <https://www.phil.uni-passau.de/schulpaedagogik/forschungsprofilelemente/lehrergesundheit/> (Zugriff 27.05.2022)
- 3 <https://hibb.hamburg.de/schulentwicklung/qualitaetsmanagement/> (Zugriff 27.05.2022)

Um dieses umzusetzen, wurde die Funktionsstelle „Fachberater:in für Gesundheitsmanagement“ an unserer Schule ausgeschrieben und von mir übernommen.

Wichtige Grundlage für die Entwicklung, Erprobung und Etablierung von Gesundheitsmaßnahmen sind an unserer Schule die Ergebnisse der durchgeführten Gefährdungsbeurteilungen, die jeweils auf einer Ganztageskonferenz vorgestellt und reflektiert wurden.

### Ruheraum für das Personal

Als ein Handlungsfeld wurde die Einrichtung eines Ruheraums beschlossen; die Umsetzung gestaltete sich jedoch als sehr zeitintensiv. Nach einem längeren Orientierungsprozess wurde der passende Raum gefunden und das Kollegium in die konkrete Planung einbezogen. Der umgebaute Raum wird vom Kollegium positiv aufgenommen. Er wird vor allem zur Überbrückung von unterrichtsfreien Zeiten, vor Beginn von Konferenzen sowie von der Abendschule und von einem großen Teil unseres nicht-pädagogischen Personals genutzt.

### „Schülerfreie Pause“

Viele Kolleginnen und Kollegen beklagten, keine ausreichende Erholung in den Pausen zu finden. Unser Ziel war es deshalb, eine ruhige Pausenatmosphäre ohne Störungen für die große Mittagspause zu schaffen. Zunächst wurden

die Schülergruppen über diese Maßnahme informiert. Ein Aushang an den Türen der Lehrerzimmer weist darauf hin, dass die Lehrerschaft in dieser Pause grundsätzlich nicht erreichbar ist – ausgenommen sind Notfälle. Bewusst haben wir die „schülerfreie Pause“ fünf Minuten kürzer als die eigentliche Pausenzeit gewählt, da wir befürchteten, dass die Schülerinnen und Schüler vor der Tür auf uns warten und wir nicht rechtzeitig in den Unterricht kommen würden. Das hat sich jedoch nicht bewahrheitet. Eine erste Evaluation zeigte nun, dass die „schülerfreie Pause“ beibehalten werden sollte. Ebenfalls wurde deutlich, dass es hier auch um eine „Haltungsfrage“ geht. Einige Kolleginnen und Kollegen gaben an, dass sie selbst nicht konsequent bei der Umsetzung seien.

### Stillarbeitsraum für das Kollegium

Die Ergebnisse der letzten Gefährdungsbeurteilung ergaben, dass ein Teil der Befragten sich mehr Arbeitsräume bzw. eine andere Nutzung wünschte. Zwar verfügt unsere Schule über Arbeitsräume, diese werden jedoch oft für Teambesprechungen oder Ähnliches verwendet, was dann die konzentrierte Arbeit erschwert. Daher sprach sich ein Großteil für die Einrichtung eines Stillarbeitsraums aus. Hierfür haben wir uns auf Messen inspirieren lassen und Ideen für ein Raumkonzept entwickelt. Die Umsetzung dieses Vorhabens gestaltete sich ebenfalls zeitintensiv. Es zeigte sich, dass die Befragten verschiedene Vorstellungen von einem Arbeitsplatz hatten. Inzwischen besteht der Wunsch nach weiteren Stillarbeitsräumen.

### Gesundheit beim Neubau einplanen

Die BS19 wird einen Neubau erhalten und befindet sich aktuell in der Planungsphase. Es ist wichtig, dass das Thema Gesundheit hier von Beginn an bedacht wird. Bereits etablierte Bereiche wie der Ruheraum und die Stillarbeitsplätze sollen in der neuen Schule wieder ihren Platz finden. Bewegungsräume, ansprechend gestaltete Pausenräume sowie Außenbereiche, die zur Bewegung anregen als auch Entspannung ermöglichen, wurden von uns ebenfalls auf die Wunschliste gesetzt.

### Fortbildungskonzept

In Absprache mit unserem Fortbildungsbeauftragten werden an unserer Schule regelmäßig Fortbildungen im Bereich Gesundheit angeboten. Wünschenswert wäre perspektivisch eine noch engere Zusammenarbeit mit dem Sportkollegium der Schule, um beispielsweise eine „bewegte Pause“ oder „Bewegung vor den Konferenzen“ einzuführen.

### Schülerinnen- und Schülerengagement

Sehr gefreut haben wir uns darüber, dass sich im Herbst 2021 einige unserer Klassen am Online-Projekt DKMS

LIVE@SCHOOL beteiligt haben. Die gemeinnützige Organisation DKMS verfolgt das Ziel, über die Themen Blutkrebs und Stammzellenspenden aufzuklären und mögliche neue Spenderinnen und Spender zu gewinnen. Das Ergebnis kann sich sehen lassen: Bei diesem Durchgang konnten wir 110 neue potenzielle Stammzellenspenderinnen und -spender gewinnen und werden aufgrund der positiven Resonanz das Projekt jedes Jahr wiederholen.

### Schlussfolgerungen

Grundsätzlich leistet die Etablierung eines strukturierten Gesundheitsmanagements mit festen Zuständigkeiten an unserer Schule einen positiven Beitrag für die Personalgesundheit. Eine unabdingbare Gelingensbedingung ist dabei die Einbeziehung und aktive Teilnahme aller Betroffenen. Damit Gesundheit im schulischen Kontext seinen angemessenen Stellenwert erhält, sind regelmäßige Austauschtermine und Workshops, Hausmitteilungen und Ähnliches dienlich. Auch ist die Nachfrage nach der Zufriedenheit der umgesetzten Maßnahmen wichtig, um sich als Schule weiterzuentwickeln.

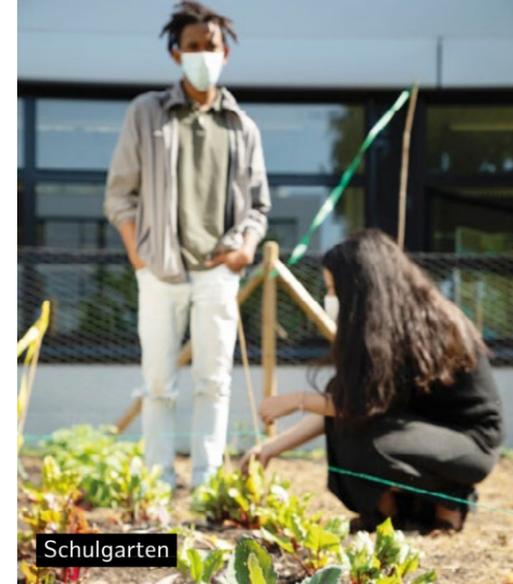
Eine feste Ansprechperson oder ein Gesundheitszirkel ist sehr empfehlenswert. Dazu bedarf es einer guten Abstimmung zwischen der Schulleitung, dem Personalrat, dem oder der Sport- und Fortbildungsbeauftragten und evtl. weiterer Gremien. Eine Zusammenarbeit mit dem Referat Gesundheit am Landesinstitut ist ebenfalls zielführend. Zu beachten ist, dass die enge Abstimmung mit allen Beteiligten und Gremien viel Zeit in Anspruch nimmt.

Auch wenn wir nicht alle Belastungsfaktoren beseitigen oder verringern können, fühlen sich Kolleginnen und Kollegen aufgrund des partizipativen Vorgehens ernst genommen; ihre Arbeitszufriedenheit sowie ihr Wohlbefinden konnten gesteigert werden.

Eine gesunde Schule ist für alle ein Gewinn!

### Kontakt:

[daniela.bergau@bs19hh.de](mailto:daniela.bergau@bs19hh.de)



**Svenja Rostosky**  
ist Mitarbeiterin in der Hamburgischen Arbeitsgemeinschaft für Gesundheitsförderung e. V. (HAG) und verantwortet das Projekt Landungsbrücke 2.

## Förderung des seelischen Wohlbefindens

### PRAXISANSÄTZE AUS DEM PROJEKT „LANDUNGSBRÜCKE 2 – GESTÄRKT IN DIE ZUKUNFT“

Ein guter seelischer Gesundheitszustand erleichtert es jungen Menschen, den Herausforderungen des Jugendalters zu begegnen, den Übergang ins Erwachsenenalter zu bewältigen und ihre Fähigkeiten auszuschöpfen (WHO 2012). Aus diesem Grund verfolgt das Projekt „Landungsbrücke 2“ das Ziel, das seelische Wohlbefinden junger Menschen im Übergang von der Schule in die Ausbildung bzw. den Beruf zu fördern.

### „Landungsbrücke 2 – Gestärkt in die Zukunft“

Der Übergang von der Schule in die Ausbildung bzw. in den Beruf spielt eine entscheidende Rolle für junge Menschen. Um sie in dieser Übergangsphase zu unterstützen und ihr seelisches Wohlbefinden zu fördern, führte die Hamburgische Arbeitsgemeinschaft für Gesundheitsförderung e. V. (HAG) von Mai 2019 bis April 2022 das Projekt „Landungsbrücke 2 – Gestärkt in die Zukunft“ durch.

„Landungsbrücke 2“ wird als Vorhaben des Koordinierungsgremiums der Landesrahmenvereinbarung Hamburg (LRV Hamburg) von den folgenden an der LRV Hamburg beteiligten Akteuren gemeinschaftlich gefördert und umgesetzt:

- Behörde für Arbeit, Gesundheit, Soziales, Familie und Integration
  - Gesetzliche Krankenkassen/-verbände in Hamburg
  - Deutsche Gesetzliche Unfallversicherung e. V. (DGUV), Landesverband Nordwest
  - Unfallkasse Nord
  - Bundesagentur für Arbeit
- sowie den weiteren Kooperationspartner:innen:
- Hamburger Institut für Berufliche Bildung

- Landesinstitut für Lehrerbildung und Schulentwicklung
- Hamburgische Arbeitsgemeinschaft für Gesundheitsförderung e. V.

„Landungsbrücke 2“ wird im Auftrag des Koordinierungsgremiums der Landesrahmenvereinbarung Hamburg (LRV Hamburg) als Gemeinschaftsprojekt umgesetzt. Das Projekt richtet sich an Fachkräfte der dualisierten Ausbildungsvorbereitung und der dualisierten Ausbildungsvorbereitung für Migrant:innen. Die Teilnehmer:innen des Projekts sollen darin unterstützt werden, die psychosozialen Ressourcen sowie die Resilienz ihrer Schüler:innen zu fördern. Im Rahmen einer Fortbildungsreihe werden Fachwissen sowie methodisches Handwerkszeug vermittelt. Im Fokus steht dabei stets der Transfer der Inhalte in die Praxis. Im Verlauf der Fortbildungsreihe planen die Teilnehmer:innen zudem ein Praxisprojekt, das sie im Anschluss an die Fortbildungsreihe an ihrer Schule umsetzen. Ziel der Praxisprojekte ist die Integration und Verankerung des Themas „Förderung des seelischen Wohlbefindens“ in den Strukturen der Schulen. Daraus sind verschiedene Ansätze entstanden, von denen drei im Folgenden exemplarisch vorgestellt werden.

### Schulgarten zur Stärkung der Selbstwirksamkeit

*Kurzbericht von Samira Borchert – Berufliche Schule für Medien und Kommunikation (BS 17)*

Besonders wichtige Inhalte waren für uns die Ressourcenorientierung und -förderung sowie die Stärkung der Resilienz. Wir wollten den Jugendlichen eine Möglichkeit geben, abseits vom stressigen Schulalltag Entspannung zu erfahren und einen Ausgleich zu erleben.

Ein Schulgarten bietet die Möglichkeit, die seelische und gesunde Entwicklung jeder einzelnen Person zu unterstützen. Die Jugendlichen werden durch die praktische Arbeit an der frischen Luft gefordert, selbst aktiv zu werden, verschiedene Kompetenzen zu erwerben und diese dann auch einzusetzen. Schutzfaktoren – wie Selbstwirksamkeit – werden durch die persönliche Gestaltung des Schulgartens und die damit verbundenen Methoden, wie beispielsweise die Fläche auszumessen oder die Beete eigenständig anzulegen, gestärkt. Die praktische Umsetzung ihrer Ideen bewirkt, dass sich die Schüler:innen aktiv mit ihrer direkten Umgebung auseinandersetzen und gemeinsam als Gruppe arbeiten. Gerade die Zusammenarbeit durch gemeinsames Anpflanzen, Beackern und Ernten fördert die Kooperationskompetenz der Schüler:innen. Selbstbestimmung, Selbstständigkeit und besonders Partizipation tragen zusätzlich zu einer gesundheitsförderlichen Entwicklung bei.

Das Projekt regt die Jugendlichen auf vielfältige Art und Weise zum Lernen an und schafft gleichzeitig Handlungsraum für Verantwortung und Chancen während des Heranwachsendens. Dies hilft, das körperliche, seelische und soziale Wohlbefinden und somit auch die Gesundheit der Jugendlichen langfristig zu stärken. Der Zugang zum Schulgarten kann sowohl in den Unterricht als auch in das Ganztagsangebot eingegliedert werden und wird damit zu einem festen Bestandteil im Schulalltag der Jugendlichen.

### Stressbewältigung durch Achtsamkeitsrituale

*Kurzbericht von Maren Kliefoth und Berit Schömenauer – Berufliche Schule Gesundheit, Luftfahrt Technik (BS 10)*

Uns war das Thema „Resilienz stärken“ besonders wichtig, da wir überwiegend mit geflüchteten Jugendlichen arbeiten, die sehr häufig seelische Probleme haben. Um sie bei der Bewältigung dieser schwierigen Situation zu unterstützen, wollten wir Ruhe- und Stärkungsphasen in den Schulalltag integrieren. So haben wir kleine Yoga-Einheiten eingebaut, die im Sitzen oder Stehen direkt im Klassenzimmer durchgeführt werden können. Wir nutzen aber auch den Schulhof für Bewegungs- und Aktivierungspausen an der frischen Luft. Manchmal machen wir circa 5-10 Minuten lang Atem- oder kleine Achtsamkeitsübungen im Sitzen oder einen BodyScan im Liegen in der Sporthalle. Durch die Yoga- und Achtsamkeitsübungen erwerben die Schüler:innen Ruhe und Konzentration und erlernen Techniken, wie sie in stressigen bzw. schwierigen Situationen außerhalb der Schule reagieren und agieren können.

Durch die Fortbildungsreihe wurde das Bewusstsein der Lehrkräfte für das seelische Befinden unserer Schüler:innen gestärkt. Ziel ist es, dieses Bewusstsein auch bei einem größeren Kolleg:innenteam zu stärken und so unseren Schüler:innen auch in Zukunft eine umfassende Betreuung zu bieten.

### Gemeinsam individuell fördern in flexiblen Strukturen

*Kurzbericht von Anne Pinno und Bettina Warrelmann – Berufliche Schule ITECH, Elbinsel Wilhelmsburg (BS 14)*

Durch die Erkenntnisse aus der projektbegleitenden Fortbildungsreihe entstand an der BS 14 ein auf die Entwicklungsbedürfnisse der Abteilung zugeschnittenes Projekt. Die Grundidee war, eine Kontinuität in der Menteebetreuung an beiden Lernorten – in der Schule und im Betrieb – sowie in der individuellen Mentor:innenarbeit herzustellen, um das seelische Wohlbefinden der Mentees zu fördern. Die Arbeit mit den Mentees braucht verlässliche Strukturen und bedarf daher der Abstimmung im multiprofessionellen Team.

Den Auftakt der Auseinandersetzung zur Frage „Wie wollen wir gemeinsam arbeiten?“ bildete der Konzepttag „Individualisiertes Lernen und Arbeiten in einer sich verändernden Welt“. Das Ziel, in eine offene Diskussion über die Arbeit mit den Mentees zu kommen, wurde dort im Rahmen einer Zukunftswerkstatt erreicht. Angestrebt ist gleichzeitig die Etablierung eines regelmäßigen Austausches im Team zu den Fragen „Was ist unser gemeinsames Ziel?“, „Was ist uns in der Arbeit mit den Mentees wichtig?“, „Wie wollen wir zusammenarbeiten?“. Wir verankerten flexible Strukturen und Rituale, die Sicherheit bei Entscheidungen in der individuellen Menteebegleitung geben und sich positiv auswirken. Durch den stetigen Austausch und die Reflexion miteinander werden die Mentor:innen darin bestärkt, die Mentees auf dem individuellen Weg der Anschlussorientierung zu begleiten, indem sie in ihrer Persönlichkeit wahrgenommen und bei ihrer Entwicklung gefördert werden. So soll eine nachhaltige Wirkung erzielt werden.

**Durch das Projekt ist es gelungen, Bausteine zur Förderung der psychosozialen Ressourcen von Schüler:innen sowie deren Resilienz sowohl auf der Verhaltens- als auch auf der Verhältnisebene zu entwickeln und zu verankern.**

**In Planung ist ein Anschlussprojekt mit dem Arbeitstitel „Landungsbrücke – Ich gehe meinen Weg!“.**

Das weiterentwickelte Folgeprojekt soll als Gemeinschaftsprojekt im Rahmen der Landesrahmenvereinbarung (LRV) Hamburg gefördert und umgesetzt werden.

#### Kontakt:

[svenja.rostosky@hag-gesundheit.de](mailto:svenja.rostosky@hag-gesundheit.de)

#### Literatur:

Weltgesundheitsorganisation (2012): Warum sind psychische Gesundheit und Wohlbefinden während der Pubertät so wichtig? unter [http://www.euro.who.int/\\_\\_data/assets/pdf\\_file/0004/165460/HBSC-Fact-sheet-mental-health-Ger.pdf?ua=1](http://www.euro.who.int/__data/assets/pdf_file/0004/165460/HBSC-Fact-sheet-mental-health-Ger.pdf?ua=1) Zugriff am 29.05.2022

## GRUNDSCHULE APPELHOFF

# „Durch Corona wurde uns bewusst, wie wichtig Freiheit und Selbstbestimmung für die Kinder sind!“

**Wer Mitte April morgens um 9.15 Uhr in der Grundschule Appelhoff seine Ohren spitzte, konnte Zeuge einer Durchsage werden, die in etwa so lautete: „Guten Morgen, liebe Schülerinnen und Schüler, heute scheint die Sonne, aber es ist trotzdem kühl, zieht bitte in der Pause eine Jacke an. Und denkt auch an unser Schulmotto. In diesem Monat lautet es: Wir sagen ‚bitte‘ und ‚danke‘.“**

Es ist eine Lautsprecherdurchsage, an der man nicht nur die neue Zeit der Entspannung an der Grundschule Appelhoff ablesen kann, sondern auch das Selbstverständnis dieser Schule. Denn vor Kurzem haben Schüler:innen auf diesem Weg noch im 20-Minuten-Takt den Jahrgang angekündigt, der zum Mittagessen in die Mensa gehen durfte, zu jener Zeit, als noch die Kohorten-Regelung galt. Mit der Aufhebung derselben waren die Schüler:innen-Durchsagen nun obsolet geworden. „Weil die Kinder aber so an den Durchsagen hingen, haben wir jetzt eine Art Schulradio eingerichtet“, erzählt die stellvertretende Schulleiterin Friederike Mauss. „Darüber versorgt jeden Morgen ein anderes Kind die Schüler:innen mit wichtigen Informationen und erinnert

an unser Schulmotto.“ Das monatlich wechselnde Motto wird im Schülerrat entwickelt. Gemeinsam stimmen die Kinder darüber ab, welches Motto es in die Ansage schafft.

Je länger man sich mit Friederike Mauss über die zwei Jahre Corona an ihrer Schule unterhält, desto stärker gewinnt man den Eindruck, dass diese Krise für ihre Schule gar keine Krise war, weil es der Schule immer wieder gelungen ist, die Nachteile dieser Zeit gewinnbringend in deren Gegenteil zu verwandeln. Als die Schule coronabedingt in den Notbetrieb wechseln musste, wurden Räume gestrichen, der Schulhof mit neuen Spielsachen ausgestattet, und eine Zukunftswerkstatt eingerichtet. „Ich glaube, wir haben das Beste aus dieser Zeit gemacht und haben uns nicht verrückt machen lassen. Wir sind mit dem gesunden Menschenverstand an die Sache herangegangen“, erzählt die Förderkordinatorin rückblickend.

**Friederike Mauss,**  
stellvertretende Schulleiterin  
Grundschule Appelhoff



FOTO MAREN PREISS



Die Klasse 1a mit ihrer Klassenlehrerin Damaris Drechsler

Sicher habe es harte Zeiten gegeben, wie jene im Spätherbst, als die Infektionszahlen in nie dagewesene Höhen schossen. Auch die Schulschließung und den damit einhergehenden Fernunterricht nebst Notbetreuung möchte man nicht wiederholen. Aber selbst als um Weihnachten herum die Infektionszahlen an der Schule ihren Höhepunkt erreicht hatten und sich Mitte Januar zu allem Pech auch noch das gesamte Leitungsteam mit Corona infizierte, bewahrte man einen kühlen Kopf: „Mit Handy und Email sind wir mit unserem Kollegium in Kontakt geblieben. Im Dezember hatten wir teilweise nur sechs Kinder in den Klassen, der Rest der Klasse hat Lernpakete durch die Klassenlehrer:innen erhalten. Und als das Leitungsteam erkrankte, haben wir ganz normal von zu Hause aus weitergearbeitet.“ Mittlerweile sind die Zahlen wieder gesunken, im April zählte man an der Schule Appelhoff nur noch zwei bis drei Fälle in der Woche. „Gefühlt sind wir jetzt alle einmal durch mit der Infektion“, sagt Mauss. Um sowohl Eltern als auch Lehrkräfte über den Infektionsstand zu informieren, wird die Zahl der Infizierten in dem jeweiligen Jahrgang jetzt auf der schuleigenen Homepage veröffentlicht. „Wir nutzen die Website an unserer Schule als Kommunikationsinstrument für die Eltern: Auf der Website sind die Infos nun jederzeit für jeden einsehbar.“

Die aktuell niedrigen Infektionszahlen dürften auch mit den beiden großen Impfaktionen zusammenhängen, die Mitte Januar und vor den Märzferien zusammen mit einem Allgemeinmediziner aus dem Stadtteil durchgeführt wurden. „Herr Dr. Rahimzei kennt die Leute aus dem Stadtteil und spricht mehrere Sprachen, das war sehr hilfreich“, erzählt Friederike Mauss. Innerhalb von 48 Stunden stellten er und das Leitungsteam der Grundschule Appelhoff die Aktion gemeinsam auf die Beine. Zwischen 9 und 16 Uhr wurden alle geimpft, die vorstellig wurden. Neben Schüler:innen und deren Eltern und Angehörigen waren das auch Bürger:innen aus anderen Stadtteilen. „Wir hatten kurzfristig Angst, dass uns die Aktion über den Kopf wächst“, berichtet Friederike Mauss, „denn es bildeten sich lange Besucher-schlangen die Straße entlang. Viele hatten die Impfung mit ihrem Wochenendeinkauf beim Discounter gegenüber verbunden und haben sich danach ihre Impfung abgeholt.“ Den Piks gab es in drei Räumen der Mensa, denn dort standen die Kühlschränke, die für die Kühlung der verschiedenen Impfstoffe erforderlich waren. Ein Drittel der Kinder ist nun geimpft, ein gutes weiteres Drittel genesen. Und die anderen? „Die erreichen wir nicht“, sagt Mauss. Dieses Phänomen hat das Kollegium auch während der Corona-Krise beschäftigt, wie sich die stellvertretende Schulleiterin erinnert. „Einige Eltern haben unsere Nummern gesperrt, da haben wir keinen Fuß in die Tür gekriegt. Das ist in dieser Zeit noch extremer geworden.“ Grundsätzlich aber sei das

Verhältnis zwischen Lehrkräften und Elternschaft während der Corona-Zeit sehr viel enger geworden. „Jedes Klassenteam hat versucht, die Eltern, so gut es geht, mit aufzufangen und Unterstützungsangebote zu geben.“

Viel lieber als über die Schattenseiten der Corona-Zeit spricht Friederike Mauss über das, was nun dank der Lockerungen wieder möglich ist. Denn jetzt, so scheint es, kann die Grundschule Appelhoff endlich wieder ihre Stärken auspielen: Ausflüge finden statt, die Bibliothek und mit ihr das Leseland sind wieder geöffnet und neun Kinder werden gerade zu Streitschlichtern ausgebildet – sie werden spätestens im neuen Schuljahr ihre Arbeit aufnehmen. Und auch das von den Schüler:innen so geschätzte Kurssystem hat seinen Betrieb wieder aufgenommen. „Wir haben gesehen, wie wichtig es unseren Kindern ist, dass wir am Nachmittag eine breite Auswahl an Kursen anbieten, damit sie ein Hobby aufbauen können und damit sie sehen, wie bunt und vielfältig das Leben ist“, sagt Mauss. Und ein Zahnarzt konnte vor Kurzem endlich wieder die Zähne der Kinder inspizieren. Sein Besuch musste zuvor coronabedingt immer wieder abgesagt werden. „Aber er ist so wichtig, weil viele Kinder gar nicht zum Zahnarzt gehen“, sagt die Pädagogin. „Wir haben gemerkt, wie wichtig ein strukturierter Tagesablauf für sie ist, denn wir führen sie an Bildung heran und fördern ihre soziale Entwicklung – wie dies z.T. in den Elternhäusern nicht möglich ist.“

Auf die Frage, ob es für sie schon so etwas wie einen Freedom-Day-Moment gegeben habe, erinnert Friederike Mauss sich spontan an die Szene in der Mensa beim Schultreff am 23. März, als die Aufhebung der Kohortenregelung verkündet wurde und damit auch die Reglementierung der Essenszeiten. „Das war schon ein sehr emotionaler Moment, als die Kinder von den Stühlen aufgesprungen sind und laut jubelt haben. Einer meiner Schüler kam freudestrahlend auf mich zu – er freute sich so sehr, jetzt wieder zusammen mit seinem Bruder essen zu dürfen.“ Auch die Faschingsfeier in der Sporthalle sei so ein Moment gewesen. Normalerweise dauere die Veranstaltung eine halbe Stunde. Ein paar Tänze, eine Polonaise zum Schluss. Dieses Mal wurde eineinhalb Stunden getanzt, mit Masken und bei geöffneten Fenstern. Mauss: „Alle haben den Tanz, den jede Klasse für sich einstudiert hatte, das erste Mal gemeinsam getanzt. Die Kinder wollten gar nicht gehen. Uns wurde durch die Corona-Krise noch einmal sehr bewusst, wie wichtig Freiheit und Selbstbestimmung für sie sind.“

#### Text und Fotos:

Maren Preiß, Freie Journalistin  
maren.preiss@t-online.de

## GYMNASIUM ALLEE

# „Schulen als Wertevermittler in einer manchmal verstörenden Welt“

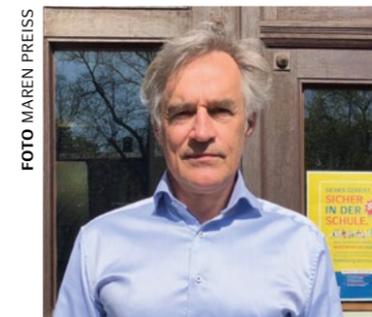


FOTO MAREN PREISS

Ulf Nebe,  
Schulleiter Gymnasium Allee

**Neue Zeiten auch am Gymnasium Allee: Besucher müssen sich Ende April nicht mehr im Schulbüro registrieren lassen, Infektionen werden nicht mehr nachverfolgt, die Maskenpflicht wurde aufgehoben, Gremien tagen wieder in Präsenz, Schüleraustausche finden wieder statt, Klassenreisen werden geplant, vor Kurzem wurde in der Aula eine Lesung mit einer Hamburger Autorin organisiert, Theater, Sport und Musik – alles darf wieder ohne Einschränkungen stattfinden. Nur getestet wird noch zweimal wöchentlich. Das alte Normal hat wieder Einzug gefunden, so scheint es.**

Aber Schulleiter Ulf Nebe hat noch immer keinen tiefen Seufzer der Erleichterung getan. Denn der Höchststand der Infektionen, er liegt noch gar nicht so lange zurück. „Wir hatten den Peak nach den Frühjahrsferien“, erzählt Nebe. „Da hatten wir zwischen 50 und 60 Schüler:innen, die mit Corona infiziert waren und parallel dazu sechs bis sieben Lehrkräfte. Das entsprach fast der Summe der ganzen 24 Monate vorher.“ Mittlerweile sind die Zahlen wieder zurückgegangen, sie seien aber „durchaus noch hoch“, wie Nebe berichtet. Um die 30 infizierte Schüler:innen zählt die Schulstatistik Ende April, dazu zwei bis drei Lehrkräfte, die coronabedingt ausfallen. „Wir haben in Hamburg noch immer eine hohe

Infektionslage, die sich auch in den Schulen abbildet“, sagt Ulf Nebe. „Glücklicherweise aber kommen schwere Verläufe in aller Regel nicht vor.“

Nebe, der sich selbst zum „Team Vorsicht“ zählt, hätte sich in diesem Frühjahr eine Verlängerung der Schutzmaßnahmen gewünscht. „Mich macht das ein wenig beklemmt. Auch wenn die Verläufe an unserer Schule einigermaßen leicht sind und wir keine dramatischen Fälle zu beklagen haben, so gibt es sie natürlich dennoch.“ Die Sorge mancher Eltern in Familien mit Vorerkrankungen findet der Schulleiter deshalb nur zu verständlich. Aber er sieht auch „den krassen Widerspruch zu den gesellschaftlichen Rahmenbedingungen. Ich kann auch verstehen, dass es den Leuten jetzt allmählich reicht. Mir persönlich reicht es auch. Aber als Schulleiter habe ich noch mal eine besondere Verantwortung, die über mein persönliches Empfinden hinausgeht. Und da sehe ich das ein bisschen mit bangem Blick.“

Schulleiter Ulf Nebe begrüßt es deshalb, dass trotz der Lockerungen weiterhin zweimal wöchentlich getestet wird. „Das halte ich für richtig, denn über diese Testungen bekommen wir immer noch Fälle gemeldet. Mit der dann greifenden Quarantänepflicht können wir weitere Infektionen verhindern – und Ausfälle aufseiten der Lehrkräfte. Denn während das coronabedingte Fernbleiben der Schüler:innen kaum am System Schule kratzt, sieht es bei den Lehrkräften ganz anders aus. „Wir haben erst vor Kurzem solche schwierigen Tage gehabt“, erzählt Schulleiter Ulf Nebe. „Da hat man dann ganz schnell Ausfallquoten zwischen 10 und 20 Prozent. Und dann wird es mit den Vertretungen schon richtig schwierig.“ Doppelbetreuung und Stundenausfall sind dann die Folgen, auch weil die Personaldecke an den Gymnasien so dünn sei. Aktuell liegt die Ausfallquote am Gymnasium Allee bei über fünf Prozent. „Normalerweise liegen wir da deutlich darunter“, so Nebe.

Aber auch auf diesem Gebiet habe man am Gymnasium Allee mittlerweile eine Routine entwickelt. „Alle haben Verständnis, denn alle wissen, woran es liegt. Man muss das nur kommunizieren.“

Routine – ein Wort, das Ulf Nebe bei seinem Rückblick auf zwei Jahre Corona häufig verwendet. Auch im Zusammenhang mit der Betreuung der an Corona erkrankten Schüler:innen greifen inzwischen Routinen. Wer länger als drei, vier Tage zu Hause bleiben muss und ohne Symptome ist, bekommt Aufgaben, die die Lehrkraft auf den Schulserver hochlädt. Außerdem greift dann das sogenannte Buddy-System, bei dem die Mitschüler:innen Mitschriften für Erkrankte verfassen und zur Verfügung stellen. „Vor Corona war das nicht ganz so verlässlich, jetzt ist das Routine und läuft reibungslos“, sagt Nebe.

Dem Herbst blickt Nebe trotz erfolgreicher Impfkationen an der Schule mit Sorge entgegen. „Wenn es stimmt, was die Virologen sagen, kann man davon ausgehen, dass wir wieder Einschränkungen haben werden. Ich hoffe, dass sie nicht so stark ausfallen, damit sie das Schulleben nicht noch einmal derart einschränken.“ Denn die psychosozialen Folgen der Krise seien bei einem Teil der Schülerschaft bis heute erkennbar. Gerade wurden der Schule zwei Ausbildungsstellen für den Beratungsdienst bewilligt, nebst einer üppigen finanziellen Unterstützung vonseiten der Schulbehörde. „Das Geld werden wir sinnvoll einsetzen, jetzt gilt es, passende Angebote und die dazu passenden Experten zu finden.“

Auch die Bereiche Didaktik und Digitalisierung sind weiter in Bewegung, aktuell steht das Thema digitale Leistungsüberprüfung auf dem Plan. „Das zielt schon ein bisschen auf die Erprobung des neuen Bildungsplans, in dem die digitalen Leistungskontrollen auch ein Teil der Neuerungen sind“, berichtet Schulleiter Nebe. Nur auf große Extra-Sprünge müsse man gerade verzichten: „Wir würden gern mehr Zeit für die Ausweitung von didaktischen Ansätzen wie Projektarbeit, forschendes Lernen oder kognitive Aktivierung haben, denn darin steckt ein großes Veränderungspotenzial. Aber diese Zeit haben wir momentan leider kaum.“

Denn da ist schließlich nicht nur Corona, sondern auch noch der Krieg in der Ukraine, der sich im Schulalltag bemerkbar macht. 22 Schüler:innen zwischen 12 und 15 Jahren hat das Gymnasium Allee aufgenommen, sie werden von sieben Lehrkräften in einer Internationalen Vorbereitungsklasse beschult. Nebe: „Es war überraschend und auch berührend, dass nach zwei anstrengenden Corona-Jahren so viele Lehrkräfte dem Aufruf gefolgt sind, ihre Stunden ein bisschen aufzustocken. Das war ja mitten im laufenden Schuljahr. Bei uns hat sich ein Fünftel des Kollegiums bereit erklärt,

mehr zu arbeiten, um die ukrainischen Schüler:innen zu unterstützen.“ Eine der Lehrerinnen ist selbst aus der Ukraine geflohen, jetzt unterrichtet sie die 22 Geflüchteten als Honorarkraft in Physik und Informatik.

Geht nicht gibt's nicht – das scheint eine Art ungeschriebenes Gesetz am Gymnasium Allee zu sein. „Als Schulleiter hat man ohnehin zwei Aufgaben“, sagt Ulf Nebe. „Die eine ist, so viel Stabilität und Normalität wie möglich herzustellen. Und gleichzeitig muss man das Ganze in einem beständigen Prozess der Veränderung vollziehen.“ Der Modus sei deshalb gar nicht so sehr „Ich werde ständig gestört“, der Modus sei eher „Mal gucken, wie es hinter der nächsten Kurve aussieht“. Das betreffe das Tagesgeschäft genauso wie die Personalpolitik und die neuen Rahmenpläne. Man müsse sich ohnehin laufend auf etwas Neues einstellen, so Nebe.

## Schüler:innen darauf vorbereiten, ihr Leben in Verantwortung und mit einer demokratischen Grundhaltung zu leben

Und Corona habe nicht nur die Sehnsucht nach Normalität und Stabilität stark gemacht, sondern auch gezeigt, wie handlungs- und veränderungsfähig Schule ist. Dass man auch unter schwierigen Rahmenbedingungen Schule und Lernen ermöglichen kann, wenn auch mit Einschränkungen. Und dann schiebt Ulf Nebe noch ein paar Sätze hinterher, die als Schlussresümee ermutigender nicht sein könnten: „Und es gibt, glaube ich, so ein allgemeines Bewusstsein an der Schule, dass wir hier etwas sehr Sinnvolles machen. Ob wir nun auf Corona gucken oder auf den schrecklichen Krieg in der Ukraine: Wir können zwar weder die Pandemie beenden noch diesen Krieg. Aber wir sind trotzdem nicht hilflos, weil wir hier an der Schule etwas machen, das sehr wichtig und sinnvoll ist: Schüler:innen darauf vorbereiten, ihr Leben in Verantwortung und mit einer demokratischen Grundhaltung zu leben. Das ist solch ein wichtiger Rest Selbstwirksamkeit angesichts einer manchmal verstörenden, bisweilen absurd brutalen Welt.“

### Text und Foto:

Maren Preiß, Freie Journalistin  
maren.preiss@t-online.de

FOTO CHRISTIAN SPIELMANN



Energie<sup>4</sup> belohnt Klimaschutzmaßnahmen an Hamburger Schulen

## Fit für den Klimaschutz!

**Die Herausforderungen des Klimawandels erscheinen manchmal unüberwindbar. Umso wichtiger ist es, dass wir Mut machen, dass alle mit anpacken und dass Schüler:innen kleine und große Erfolge feiern können. Die Botschaft ist: Wir sind dem Klimawandel nicht ausgeliefert, wir machen ihn – oder halten dagegen.**

Das Referat „Umwelterziehung und Klimaschutz“ des Landesinstituts für Lehrerbildung und Schulentwicklung (LI) unterstützt alle Hamburger Schulen bei der Entwicklung von Umwelt- und Klimaschutzaktivitäten. Wir stehen den Schulen für die Planung und Umsetzung von einzelnen Klimaschutzmaßnahmen, Unterrichtsvorhaben oder Projektwochen beratend und unterstützend zur Seite.

Umwelterziehung ist ein wichtiges Aufgabengebiet. Hier sind alle Lehrkräfte gefragt, Anknüpfungsmöglichkeiten in ihrem Unterricht zu schaffen. Es geht um die Vermittlung von Rahmenplaninhalten, die den Klimaschutz mit in den Blick nehmen. Dabei ist die Umwelterziehung unverzichtbar für die Förderung einer „Bildung für eine nachhaltige Entwicklung“ (BNE), die zukunftsorientiert und interdisziplinär ausgerichtet ist und die auch in den kommenden Rahmenplänen deutlich stärker vertreten sein wird.

Der Schwerpunkt unserer Arbeit liegt in der Durchführung von Lehrerfortbildungen, die sich von einzelnen Seminaren bis zur Seminarreihe zur Qualifizierung von Klimaschutz- und Energiebeauftragten in acht Modulen erstrecken. Auf Anfrage werden auch individuelle schulinterne Fortbildungen durchgeführt.

Zusätzlich werden den Schulen drei Programme angeboten, in denen sie sich im Umwelt- und Klimaschutz aktiv zeigen können.

### Energie<sup>4</sup> – das Programm für Alle

Das Energiesparprogramm Energie<sup>4</sup> belohnt Klimaschutzmaßnahmen an Hamburger Schulen mit einer Prämie. In drei Bereichen können diese erwirtschaftet werden: In der Verbrauchskomponente gibt es eine Prämie, wenn eine Schule im Vergleich zum Vorjahr weniger Strom, Wärme und Wasser verbraucht und den Restmüll reduziert. Die Aktivitätskomponente prämiiert vorgegebene pädagogische Klimaschutz-Aktivitäten und die Organisationskomponente zielt auf eine verbesserte schulinterne Kommunikation und Zusammenarbeit mit dem Hausmeister/der Hausmeisterin ab. Träger des Programms sind Schulbau Hamburg und das Landesinstitut für Lehrerbildung und Schulentwicklung.

Weiter Informationen unter:

<https://li.hamburg.de/energie-hoch-4/>



### Umweltschulen – das Programm für Einsteiger

2021 wurden 60 Hamburger Schulen als „Umweltschule in Europa – Internationale Nachhaltigkeitsschule“ ausgezeichnet. Jede dieser Schulen hat innerhalb von zwei Schuljahren in zwei Handlungsfeldern jeweils ein Projekt durchgeführt, um das Schulleben und die Schulumgebung nachhaltiger zu gestalten und das Umweltbewusstsein der Schulgemeinschaft zu stärken. Die Projekte der Schulen sind vielfältig und facettenreich: An der Grundschule Horn wurden Futterknödel hergestellt, um die Vögel auf dem Schulhof zu versorgen. Am Gymnasium Eppendorf wurden Erklär Videos zum Thema „Fast Fashion“ gedreht. Es gab dort außerdem eine nachhaltige Modenschau und eine Kleidertauschparty. Der Wahlpflichtkurs „Urban Gardening“ an der Stadtteilschule Mümmelmannsberg gestaltete Entwürfe für ein grünes Klassenzimmer auf dem Schulhof. An der Beruflichen Schule Uferstraße wurden Sammelbehälter für Pfandflaschen für die eigene und für andere Schulen gebaut.

Das Referat Umwelterziehung und Klimaschutz verleiht gemeinsam mit der Deutschen Gesellschaft für Umwelterziehung die Auszeichnung „Umweltschule in Europa – Internationale Nachhaltigkeitsschule“.

In dem aktuellen Ausschreibungszyklus haben sich bereits 65 Schulen angemeldet, ein Quereinstieg ist bis September 2022 möglich.

Weitere Informationen unter:

<https://li.hamburg.de/umwelterziehung/umweltschule/>

### Klimaschulen – das Programm für Profis

Das Hamburger Gütesiegel Klimaschutz erhalten Schulen, die einen schulinternen Klimaschutzplan erstellen und umsetzen. Ziele sind die Entwicklung und Förderung der Klimakompetenzen der Schulgemeinschaft und die Reduktion von CO<sub>2</sub>-Emissionen, die durch den Betrieb der Schule verursacht werden. Klimaschutzpläne enthalten durchschnittlich 60 Maßnahmen in den Handlungsfeldern Wärme, Strom, Abfall, Beschaffung, Ernährung und Mobilität. Maßnahmen der



Klimaschulen sind zum Beispiel: umweltbewusstes Heizen und Lüften durch regelbare Thermostate und Stoßlüften, ein autofreier Tag pro Schuljahr, die Einführung eines Veggidays oder der Betrieb eines „Umweltkiosks“, der umweltfreundliche Schulmaterialien verkauft. Aktuell gibt es in Hamburg 75 Klimaschulen, wobei alle Schultypen vertreten sind: Förderschulen, Grundschulen, Stadtteilschulen, Gymnasien und auch Berufliche Schulen.

Das Programm Klimaschutz ist auch ein Programm zur Schulentwicklung. Denn nur die Schulkonferenz kann darüber entscheiden, ob sich die eigene Schule auf den Weg zur Klimaschutzschule macht. Auch der schuleigene Klimaschutzplan wird in diesem Gremium verabschiedet. Das anspruchsvolle Gütesiegel „Klimaschule“ wird nur für zwei Jahre vergeben und muss dann neu erworben werden.

Weitere Informationen unter:

<https://li.hamburg.de/klimaschule/>

Hier ein paar Tipps für den Klimaschutz an Schulen:

<https://li.hamburg.de/50-tipps/>

#### Björn von Kleist

Landesinstitut für Lehrerbildung und Schulentwicklung (LI)  
Beratung Schwerpunkt Klimaschulen (Landeskoordinator)  
E-Mail: [bjoern.vonkleist@li-hamburg.de](mailto:bjoern.vonkleist@li-hamburg.de)

# Gut Karlshöhe – die grüne Oase mitten in der Stadt

**GUT KARLSHÖHE –  
DER AUSSERSCHULISCHE  
KLIMASCHUTZLERNORT IN HAMBURG –  
FREUT SICH AUF SCHULKLASSEN  
UND LEHRKRÄFTE!**



FOTO UTE SCHUCKMANN



**Seit über 30 Jahren ist Gut Karlshöhe ein etabliertes Umweltzentrum in Hamburg-Bramfeld. Neun Hektar Land mitten in der Großstadt hat das Gut zu bieten, mit verschiedenen Biotopen (Streuobstwiese, Teiche, Wald), Tierarten (Schafe, Ziegen, Hühner, Bienen), einer KinderForscherWerkstatt und einer Klimaschutzausstellung. Da lohnt sich ein Besuch!**

Wie können wir mehr Nachhaltigkeit in unseren Alltag bringen? Diese Frage steht im Mittelpunkt aller Angebote und Veranstaltungen auf Gut Karlshöhe. Wir bieten Raum für ein gutes Leben und laden herzlich ein, mitzumachen und selbst Teil einer gelingenden Zukunft zu werden.



FOTO THOMAS GRAMLOW

In der KinderForscherWerkstatt wird vermittelt, wie wissenschaftliches Arbeiten funktioniert. Viele Experimente stehen den Schüler:innen in thematisch aufbereiteten Lernwerkstätten zur Verfügung. In den Ferien finden dort Forscher:innencamps für besonders begabte Schüler:innen statt.

In der Klimaschutzausstellung jahreszeitHAMBURG erfährt man, was die Natur uns zum Thema Umgang mit Energie vorlebt und wie der Mensch davon lernen kann. Das zieht sich wie ein roter Faden durch die Ausstellung. Schulklassen können sie mit Rallyebögen erkunden oder eine thematische Führung buchen.



Experimentieren in der Lernwerkstatt  
der Hamburger Klimaschutzstiftung

Für Klimakonferenzen mit Oberstufenschüler:innen wird zum Beispiel der große Seminarraum, mit einer Kapazität für bis zu 100 Personen, gern genutzt.

Träger von Gut Karlshöhe ist die Hamburger Klimaschutzstiftung mit vielen weiteren Projekten. So können Schulvereine beim #moinzukunft Hamburger Klimafonds oder beim Hamburger Masterplan BNE 2030 Förderanträge für Klimaschutz- oder BNE-Projekte stellen. Energie<sup>4</sup> und Klimaschutz+PLUS sind zwei pädagogische Projekte, mit denen Schulen unterstützt werden, den Klimaschutz in der Schule besser umzusetzen.

Weitere Informationen dazu finden Sie hier:  
[www.klimaschutzstiftung-hamburg.de](http://www.klimaschutzstiftung-hamburg.de)

### Schulklassenangebote

Jährlich kommen über 500 Schulklassen (ca. 12.000 Schüler:innen) und über 200 Kitagruppen zu Besuch, um die vielfältigen pädagogischen Angebote auf Gut Karlshöhe zu nutzen. Diese orientieren sich an den Hamburger Rahmenplänen und bieten für alle Schulstufen, von der Grundschule bis zur Oberstufe, etwas Passendes. Bei all diesen Angeboten dreht es sich immer um Klimaschutz und Nachhaltigkeit. Denn Gut Karlshöhe ist nun-zertifiziert („nordeutsch und nachhaltig“) und hat alle Angebote mithilfe einer selbst erstellten BNE-Checkliste (Bildung für nachhaltige Entwicklung) auf BNE-Inhalte überprüft.

Mittlerweile sind es über 60 Bildungsangebote, die über die Homepage von Gut Karlshöhe direkt gebucht werden können. Bei der Buchung können Wunschtermine angegeben werden und diese dann direkt mit den freien Mitarbeiter:innen der Arbeitsgemeinschaft Natur- und Umweltbildung (ANU), dem Bildungspartner von Gut Karlshöhe, abgesprochen werden. Es sollte aber mindestens eine Vorlaufzeit von drei bis vier Monaten eingeplant werden, da viele Angebote weit im Voraus ausgebucht sind. Details zu allen Angeboten sind hier zu finden:

<https://gut-karlshoehe.de/fuer-schulen/#bildungsangebote-schulen>

### BSB-Kooperationsprojekte

Dank der Abordnung einer Lehrerstelle an das Gut Karlshöhe konnten in den letzten 11 Jahren zusätzlich Kooperationen zu Schulen aufgebaut werden. So haben einige Schulen die Besuche zu bestimmten Themen inzwischen fest in ihrem schulinternen Curriculum verankert. Sie kommen mit jedem Jahrgang zum Gut Karlshöhe - oft nicht nur einmal, sondern für bis zu drei Aufenthalte pro Unterrichtseinheit. Zusätzlich stellt Gut Karlshöhe den Lehrer:innen auch Unterrichtsmaterial für die Vor- und Nachbereitung der Exkursionen zur Verfügung. Am beliebtesten sind das Wetter- und

Upcycling,  
saubere plastikfreie  
Waschmittel,  
Klimafrühstück und  
GemüseAckerdemie,  
Klimakonferenzen,  
naturwissenschaftliches  
Experimentieren ...



Termine für die Fortbildungen findet man hier, wenn man den Filter für „Zielgruppen“ auf „Lehrkräfte“ einstellt:  
<https://gut-karlshoehe.de/veranstaltungstermine/>

### Ferienprogramm

In den Frühjahrs-, Sommer- und Herbstferien gibt es ein buntes Programm an Veranstaltungen, zu denen Eltern ihre Kinder einzeln anmelden können. Töpfern, Theater spielen, die Natur erkunden oder die Schafe füttern - das sind nur einige Beispiele. Das breite Angebot wird ebenfalls rechtzeitig auf der Homepage von Gut Karlshöhe veröffentlicht. Es ist aber auch möglich, Anfragen für einzelne Gruppenbesuche zu stellen. Denn auch Horte aus Schulen nutzen die Gelegenheit, um mit den Kindern in den Ferien Gut Karlshöhe zu besuchen.

All das sind gute Gründe für einen Besuch auf Gut Karlshöhe mit Ihrer Klasse oder für Sie als Lehrkraft: Er lohnt sich immer und zeigt eindrucksvoll, dass außerschulisches Lernen eine wertvolle Bereicherung für den Unterricht in der Schule darstellen kann. Lassen Sie sich inspirieren vom „Leben im grünen Bereich“ – und nehmen Sie Ideen, gute Erlebnisse und Erholung mit nach Hause. Die Hamburger Klimaschutzstiftung als Träger von Gut Karlshöhe und alle Netzwerkpartner vor Ort freuen sich auf Ihren Besuch.

### Autorin:

*Uta Wiesner (Bildungsreferentin); sie arbeitet seit 11 Jahren auf Gut Karlshöhe als Abgeordnete Lehrerin und steht Schulen gerne als Ansprechpartnerin zur Verfügung: [wiesner@klimaschutzstiftung-hamburg.de](mailto:wiesner@klimaschutzstiftung-hamburg.de)*

das Lernwerkstatt-Projekt. Hier werden die Besuche jährlich auch für bis zu 10 Schulklassen pro Projekt vergünstigt angeboten.

<https://gut-karlshoehe.de/fuer-schulen/#lernwerkstattprojekt>

<https://gut-karlshoehe.de/fuer-schulen/#wetterprojekt>

### Lehrkräftefortbildungen

Neben Angeboten für Schulklassen gibt es mittlerweile ca. 10 Lehrkräftefortbildungen pro Halbjahr auf Gut Karlshöhe. Diese werden in Kooperation mit dem Landesinstitut für Lehrerbildung und Schulentwicklung (LI) angeboten. Anmelden können sich Lehrkräfte dazu über die Homepage von Gut Karlshöhe oder direkt über TIS-Online vom LI. Neben Veranstaltungen bei uns vor Ort bieten wir besonders auch im Winterhalbjahr Webinare an, um den CO<sub>2</sub>-Ausstoß für die Anfahrt zu senken, wenn thematisch ein Aufenthalt vor Ort nicht zwingend erforderlich ist. Auch in diesen Veranstaltungen und Webinaren dreht sich alles rund um Natur, Energie, Klimaschutz und Nachhaltigkeit. Neben Upcycling, sauberem plastikfreiem Waschmittel, Klimafrühstück und GemüseAckerdemie geht es auch um Klimakonferenzen, naturwissenschaftliches Experimentieren oder einfach um „Gut Karlshöhe kennenlernen“.

Referendar:innenmodule oder Besuche für einzelne Fachseminare der Referendar:innen können ebenfalls gebucht bzw. angefragt werden.



Kinder und Jugendliche äußern sich beim TINCON Festival auf Kampagne

# Kinder und Jugendliche mit den Nachrichten nicht allein lassen

**Der Angriff Russlands auf die Ukraine und viele andere aktuelle Ereignisse erzeugen Betroffenheit und beschäftigen uns und unsere Schüler:innen. Nachrichten im Fernsehen sowie in den sozialen Netzwerken beinhalten hoch emotionale, sensible und häufig explizite Inhalte. Selbst in den Kindernachrichten werden Themen wie Tod, Vertreibung, Trennung von Eltern, Zerstörung ganzer Städte und vieles andere mehr als deutlich dargestellt. Kinder und Jugendliche sind hierbei auf Erwachsene angewiesen, die ihnen Orientierung und Sicherheit im Hier und Jetzt vermitteln und ihnen dabei helfen, das Gesehene und Gehörte zu verarbeiten. Daher möchten wir Ihnen mit unseren Überlegungen Tipps und Hilfestellungen, aber keine pauschalen Antworten geben, wie Sie als Lehrkraft mit aktuellen Ereignissen umgehen können.**

Das Fach Politik/Gesellschaft bekommt in diesem Kontext einen besonderen Stellenwert, das Gehörte und Gesehene altersangemessen einzuordnen und in der Schule inhaltlich zu unterstützen. Oft sind jedoch alle Lehrkräfte gefordert, Gespräche zu führen und nah an den Schüler:innen zu sein. Der im Beutelsbacher Konsens formulierte Grundsatz der „Schülerorientierung“ bietet in diesem Kontext eine wichtige Rahmung für uns Lehrkräfte, Geschehnisse aus der Perspektive von Kindern und Jugendlichen heraus zu denken, einzuordnen und nicht sofort die Fachlichkeit aus den Ge-

schehnissen zu extrahieren. Die vielfältigen Lebens- und Erfahrungswelten unserer Schüler:innen bedingen unterschiedliche Zugangs- und Betrachtungsweisen. Daher sind wir zu einem sorgsamem und behutsamen Umgang mit Informationen und Analysen aufgefordert.

Und gleichzeitig sind auch wir persönlich herausgefordert und manchmal auch überfordert. Wir müssen vieles sein: Inspirationsquelle, korrektive Instanz bei offensichtlichen Falschnachrichten, Tröstende... Ausgebildet sind wir nicht, mit Kindern und Jugendlichen über ihre Ängste, Sorgen und Nöte zu sprechen, sehen uns aber immer häufiger in ebendieser Verantwortung. Wie mache ich das? Wie gehe ich mit Fragen nach Politik, Religion, Meinungsfreiheit, Demokratie um? Was ist richtig? Mit welchen Gesprächsanlässen bzw. Unterrichtsinhalten überfordere ich meine Schüler:innen emotional?

Wir sollten zuhören, nicht forcieren; informieren und aufklären, nicht belehren. Es ist hilfreich, sensibel, emphatisch und respektvoll zu sein und keine Emotionen zu schüren. Als Lehrkraft sollte man in die Klasse hineinhorchen, was die Klasse, was die einzelnen Schüler:innen beschäftigt und den Kindern und Jugendlichen auch mal eine Pause von den schrecklichen Nachrichten gönnen.

## Tipps für Gespräche

Die eigene Betroffenheit mit der Thematik zu reflektieren, sollte an erster Stelle stehen. Falls Sie den Eindruck haben, emotional zu stark betroffen zu sein, prüfen Sie bitte, ob Sie Unterstützung, z. B. aus dem Kollegium, bekommen

können. Ebenfalls empfiehlt es sich, im Kollegium in einer Konferenz einen gemeinsamen Fahrplan für den altersgerechten und einheitlichen Umgang zu erörtern. Bei Kindern im Grundschulalter sollte zunächst nur auf die Informationen und Fragen eingegangen werden, die die Kinder selbst mit in die Schule bringen. Bei älteren Kindern können auch gezielte Informationen und Nachrichtenformate ausgewählt und vermittelt werden. Grundsätzlich gilt, dass dabei keine dehumanisierenden Schreckensbilder gezeigt werden sollten.

## Zuhören & Reden

Machen Sie das jeweilige Ereignis zum Thema! Hören Sie Ihren Schüler:innen zu: Was bewegt sie? Schützen Sie aber gleichzeitig die Schüler:innen, indem Sie Gespräche begrenzen. Planen Sie ausreichend Zeit und Aufmerksamkeit für den Austausch ein und vermeiden Sie den Anspruch, alle Fragen und Sorgen immer vollumfänglich besprechen zu können. Wichtig sind gemeinsame Gesprächsregeln: zum Beispiel „Wer möchte, kann etwas sagen, wer nicht möchte, muss nichts sagen.“ „Wir lassen andere ausreden und hören zu.“ Vereinbaren Sie für alle ein STOPP-Zeichen, das jeder nutzen kann, wenn das Gespräch über individuelle Grenzen hinausgeht – ohne es begründen zu müssen.

## Gerade aktuelle Ereignisse bieten Raum für Diskussionen und Positionierungen, aber auch für Provokationen und Diskriminierungen

Äußerungen von Jugendlichen sind nicht immer differenziert und werden oft impulsiv vorgetragen. Es fehlt oft an inhaltlich detaillierter Unterfütterung, so dass Nachfragen wie „Was meinst du damit?“, „Hast du ein Beispiel?“ oder „Kannst das genauer machen/konkretisieren?“ schnell die sprachliche und inhaltliche Not der Schüler:innen und die fachliche Überlegenheit als Lehrkraft zeigen. Es ist wichtig, dies nicht auszunutzen. Es gilt vielmehr, Denkprozesse bei jungen Menschen, die stetig im Wandel sind, anzustoßen. Wenn Sie jedoch den Eindruck haben, dass Schüler:innen rhetorisch eingeübte Antworten geben, kann dies mehrere Ursachen haben, und Sie können sich gerne an uns wenden, um dies einzuschätzen.

## Repräsentation

Schüler:innen sind keine Repräsentant:innen ihrer Herkunftskultur oder Religion. Sie sollten nicht als „Stellvertreter:innen“ zu Ereignissen befragt werden oder Stellung nehmen müssen („Du als ... sag mal, was denkst du zu ...“). Sie als Lehrkraft repräsentieren die UN-Menschenrechtscharta, wie sie im Grundgesetz verankert ist und stehen für diese Werte. Gleichzeitig haben Sie gegenüber Schüler:innen eine besondere Verantwortung.

Es muss sichergestellt werden, dass Schüler:innen sich zutrauen, die eigene Position ggf. auch gegen jene der Leh-

renden zu vertreten. Die institutionalisierte Rolle der Lehrkräfte erschwert einen solchen Austausch von Positionen auf Augenhöhe. Diese Herausforderung muss daher von Anfang an offengelegt und stetig gemeinsam mit der Klasse reflektiert werden. Ebenso ist es zulässig, dass Sie als Lehrkraft in einem politischen Konflikt Stellung beziehen, wie auch Meinungen von Schüler:innen kritisieren. Solche Kritik muss von Lehrkräften so formuliert werden, dass sie die Kritikfähigkeit der Lernenden fördert. Das bedeutet, dass jegliche Kritik in einer Form geäußert werden muss, die umgekehrt auch für die Lehrkräfte akzeptabel wäre. Diese Ansprüche an Kritik vonseiten der Lehrer:innen stehen nicht im Widerspruch zu einer deutlichen Zurückweisung antidemokratischer Äußerungen. Bei direkten persönlichen Angriffen und Anschuldigungen sowie bei diskriminierenden, gewaltverherrlichenden, extremistischen und entwürdigenden Aussagen ist im Diskurs eine deutliche Grenze zu ziehen – gesichtswahrend, aber klar. Erst wenn die pädagogischen Handlungsmöglichkeiten ausgeschöpft erscheinen, weil jemand beispielsweise für eine verfassungsfeindliche Organisation wirbt, sind weitere Schritte einzuleiten.

## Fokussieren Sie auch auf Gemeinsamkeiten und nicht nur auf Trennendes!

Am Ende eines kontroversen bzw. emotionalen Unterrichtsgesprächs hilft es, sich auf das konkrete Zusammenleben in der Klasse und an der Schule zu besinnen. Ein Beispiel: „Wir werden uns nicht einig derzeit, doch unser Streitgespräch ist das beste Beispiel für gelebte Demokratie. Jede/r darf und durfte seine Meinung sagen. Doch wie wollen wir jetzt, wenn wir täglich auf den Schulhof gehen, miteinander umgehen? Wir leben und arbeiten alle mit unseren Unterschieden hier zusammen und eigentlich hat das doch immer gut geklappt.“ Einzelgespräche nach der Stunde sind hilfreich, um die pädagogische Beziehung zu stärken und Sorgen, Ängste und Irritationen Ihrer Schüler:innen ernst zu nehmen. In solchen Einzelgesprächen nehmen Sie den Peerdruck und sind gleichzeitig Vorbild für ernstgemeintes Interesse am einzelnen Menschen. Bleiben Sie sachlich, fachlich, problemorientiert und multiperspektivisch.

## Weitere Informationen unter:

#aktuellesimunterrichtaufgreifen

[lpb-bw.de/lernmedien](http://lpb-bw.de/lernmedien)

[bpb.de](http://bpb.de) – hier gibt es im Shop kostenlose Themenblätter für den Unterricht

## Autor:innen:

Christoph Berens, Ramses Oueslati, Mara Sommerhoff, Landesinstitut für Lehrerbildung und Schulentwicklung [christoph.berens@li-hamburg.de](mailto:christoph.berens@li-hamburg.de) [www.li.hamburg.de/demokratie](http://www.li.hamburg.de/demokratie)

## INTERVIEW

**Ilka Jasper und Susanne von Stebut**  
Agentur für Schulberatung

# WACHSEN BAUEN NEUGRÜNDEN.

Beitrag 6 der Reihe  
„Wachsen und Chancen nutzen“



## Wir können Türen öffnen.

### WIE SCHULAUFSICHTEN BAU, WACHSTUM UND NEUGRÜNDUNG BEGLEITEN

Wenn eine Schule wächst oder sogar neu gegründet wird, dann ist guter Rat willkommen. Welche Rolle kommt der Schulaufsicht dabei im Zusammenspiel mit den anderen zuständigen Stellen zu? Auf diese Frage geben Ilka Jasper und Susanne von Stebut im folgenden Interview Rede und Antwort.

**Ilka Jasper** betreut als Schulaufsicht den Bezirk Altona, in dem derzeit die meisten Schulen Bau- und Wachstums-Prozesse erleben – sechs Schulen werden neu gegründet, acht von zwanzig Schulen in großem Maßstab erweitert, einige sogar teilweise abgerissen und neu gebaut.

**Susanne von Stebut** ist regionale Schulaufsicht für den Bereich Süderelbe (Harburg), in dem die Einwohnerzahl stärker wächst als in jeder anderen Region. Außerdem ist sie Fachaufsicht für Grundschulen und muss damit unmittelbar auf die deutlich gewachsenen Jahrgänge reagieren.

Die Agentur für Schulberatung traf sich mit den beiden Schulaufsichten zum Gespräch über ‚wachsende Schulen‘ in Hamburg:

Wenn meine Schule wächst und größer wird, an welcher Stelle und zu welchen Themenfeldern kommt dann meine Aufsicht ins Spiel?

**Ilka Jasper:** In der Praxis immer. Wenn die Schule wächst, gibt es Schulleitungen, die sehr erfahren sind. Sie haben viele Ideen und setzen diese selbstständig um. Einige wünschen sich viel Unterstützung, bei anderen schauen wir, ob der eingeschlagene Kurs aufgeht und sie sich nicht verzetteln.

Was sind die häufigsten Fragen, die an Sie gerichtet werden?

**Ilka Jasper:** Die beiden zentralen Themen sind der Schulbau (Wie läuft der Prozess?) und Fragen zum Personal (Wie komme ich an Personal?). Auch wenn die Umsetzung des Baus weniger bei der Schulleitung, sondern mehr bei SBH/GMH (Schulbau und Gebäudemanagement Hamburg) und der Stabstelle liegt, sind die Schulleitungen doch die zentralen Ansprechpartner:innen für die Schulgemeinschaft. Sie müssen Kollegium, Eltern und ggf. Schülerschaft Rede und Antwort stehen. Deshalb fragen Leitungen früh bei uns nach.

**Susanne von Stebut:** Ich vertraue zunächst auf die Eigenverantwortlichkeit der Schulleitungen. Mit ihnen habe ich die Vereinbarung, dass ich jederzeit unterstützend zur Verfügung stehe. Wenn ich eine Frage nicht beantworten kann, leite ich diese an Stellen mit der entsprechenden Expertise weiter. Wir haben als Aufsichten einen Gesamtüberblick über die Strukturen innerhalb des Ausbaus, Umbaus und Neubaus. Und das nehmen Leitungen auch in Anspruch.

Können Sie auch Türen öffnen, wenn Schulen allein nicht weiterkommen?

**Susanne von Stebut:** Nicht immer alle. Aber wir können aus unserer Position heraus noch einmal anders akzentuieren und Notwendigkeiten verdeutlichen. Wir haben in jedem Bezirk regelmäßige Jours fixes der Regionen und Rahmenplangespräche, an denen die Schulaufsichten, SBH/GMH und die Stabstelle beteiligt sind. An dieser Stelle ist die Tür immer offen und es wird gemeinsam nach Lösungen für die Schulen gesucht.

Wenn ich aus einem anderen Bundesland kommend nun als Schulleitung in Hamburg arbeite und meine Schule wächst, was würden Sie als Aufsicht zu mir sagen? „Kommen Sie zu mir, wenn ...“

**Ilka Jasper:** ... Sie Fragen haben, die Sie als Schulleitung nicht selbst klären können. Natürlich würde ich neuen Schulleitungen empfehlen, sich mit den anderen Leitungsmitgliedern auszutauschen oder sich mit umliegenden Schulleitungen zu vernetzen, die in ähnlichen Situationen und ähnlicher Größe sind. Da gibt es oft die Bereitschaft, sich kollegial zu unterstützen und zu beraten.

Wenn eine Schule steigende Anmeldezahlen hat und meint: „Wir brauchen mehr Gebäude für mehr Züge!“ – wie gehen Sie dann vor?

**Ilka Jasper:** Zunächst gilt der Schulentwicklungsplan von 2019 (SEPL). Hier waren wir als Aufsichten ausführlich an der Standortplanung beteiligt und konnten Vorschläge machen. Wenn eine Schule bei der Anmeldrunde stark nachgefragt wird, dann schauen wir, ob das ein einmaliger oder ein dauerhafter Effekt ist. Es gibt zum Beispiel dreizügige Schulen, die in einem Jahrgang Anmeldungen für sechs Klassen haben, danach aber wieder für drei Klassen. Wenn es ein Neubaugebiet in der Nähe der Schule gibt, besteht der erhöhte Raumbedarf vielleicht nur für drei, vier Jahre, aber nicht dauerhaft. Dann behilft man sich für ein paar Jahre mit mobilen Klassenräumen. Wir wollen verantwortlich mit dem Geld der Steuerzahler:innen umgehen. Wenn wir zubauen, muss nachgewiesen sein, dass der Bedarf dauerhaft bestehen wird. Über den Zubau entscheidet der Senator.

**Susanne von Stebut:** Und ob Gebäude aufgrund ihres Zustandes saniert oder ersetzt werden, das schätzen SBH/GMH ein. Das hängt von der Wertigkeit der Gebäude ab.

**Ilka Jasper:** Wir müssen da etwas trennen. Wir sind als BSB erst mal nicht für die Gebäude zuständig. Wir mieten diese als BSB bei SBH/GMH, die als Landesbetrieb bei der

Finanzbehörde angesiedelt sind. In der Verantwortung von SBH/GMH liegt, dass die Gebäude in Größe und Zustand ausreichend sind. Natürlich wird bei Entscheidungen auch mal unsere Einschätzung eingeholt.

**Susanne von Stebut:** Dabei geht es auch um Wirtschaftlichkeit.

**Ilka Jasper:** ...oder ob zusätzliche Gebäude auf dem Gelände ohne Abriss genügend Platz hätten.

Wann werden mobile Klassenräume bewilligt?

**Susanne von Stebut:** Es gibt zwei Fälle: Wenn eine Schule ganz extrem wächst und der notwendige Bau noch nicht vorhanden ist. Beispiel: Ein altes Gebäude ist vierzünftig. Im SEPL steht, die Schule wird sechszünftig und hat auch schon die Anmeldungen, kann die Schüler:innen im jetzigen Bestand aber nicht unterbringen und es ist klar, perspektivisch kommt der Neubau. Dann überbrücken wir mit mobilen Klassenräumen, vor allem wenn es auch an den Nachbarschulen keinen Platz für die Schüler:innen gibt. Süderelbe wächst beispielsweise so stark, da hat jede Schule ihre mobilen Klassenräume und wird ausgebaut.

Zweiter Fall: Die Schule wird abgerissen und an gleicher Stelle neugebaut. Und es gibt kein Ausweichquartier.

**Ilka Jasper:** Natürlich wird geprüft, ob mobile Klassenräume benötigt werden und es auch Platz dafür auf dem Schulgelände gibt. Das ist gar nicht so selten ein Problem, wenn eine Schule auf dem Gelände neu baut, bestehende Gebäude weiter genutzt werden und ja auch noch Schulhoffläche benötigt wird.

Noch einmal zurück zu den Bauphasen. In der Phase 0 formuliert die Schule ihre Wünsche an den Bau auf Basis ihres pädagogischen Konzepts. Dazu muss die Schule im Vorfeld ihr pädagogisches Konzept klären und dieses schärfen. Gibt es hier Erfahrungen? Unterstützen Sie hier? Gibt es Standards?

**Susanne von Stebut:** Wenn eine Schule wächst, dann hängt die Herausforderung vom aktuellen Entwicklungsstand bzw. -vorhaben der Schule ab und der Größenordnung des

Wachstums. Hier gibt es Schulen, die haben ein gutes pädagogisches Konzept, das auf eine größere Schule übertragbar ist. Diese Schulen brauchen nur wenig Beratung. Die Mehrheit der Schulen sieht im Wachstum die Gelegenheit, bestehende Konzepte zu überdenken.

Im Bereich der Schulneugründungen ist Sonja Giesow die neue Gründungsschulaufsicht, die hier berät und begleitet. Meine Aufgabe ist es, den Kontakt zu den Nachbarschulen herzustellen, damit das Konzept der neuen Schule in das regionale Gesamtangebot passt.

#### Gibt es Meilensteine im Bauprozess, bei denen Sie immer dabei sind?

**Ilka Jasper:** Zum Beispiel beim Architektenwettbewerb. Bei heiklen Baubesprechungen kommt es vor, dass wir gebeten werden, dazuzukommen. Uns liegt ja nicht daran, dass sich die Parteien verhaken. Dann lieber rechtzeitig Bescheid sagen. Wir hören uns beide Perspektiven an und versuchen zu vermitteln und unsere Einschätzung der Situation einzubringen. Das hilft oft schon, das Problem zu lösen. Der einen Seite fehlt das vertiefte pädagogische Verständnis, der anderen Seite fehlt das bauliche Verständnis. Wir haben viel Erfahrung und können zumindest vermitteln, damit beide Parteien wieder besser miteinander ins Gespräch kommen. Uns liegt daran, dass es – vielleicht nicht reibungslos – aber reibungsarm läuft.

#### Können sie die Rolle der Aufsichten in einem Begriff beschreiben?

**Ilka Jasper:** Wir sind Vermittler. Wir sind auf keinen Fall Schiedsrichter, auch nicht Mediatoren.

**Wenn der Schlüssel in Bauphase 9 übergeben wurde und die letzten Mängel beseitigt sind, dann ziehen Pädagog:innen mit ihren Klassen in die neuen Räume, die vielleicht innovativ gestaltet sind und setzen neue pädagogische Ideen um. Wir nennen das Phase 10. Was brauchen Schulen hier?**

**Susanne von Stebut:** Als Schulleiterin war ich selbst für einen äußerst innovativen Schulneubau verantwortlich. Es war ein langer, intensiver Prozess. Dann sind wir eingezogen und nichts funktionierte. In diesem Moment begann die eigentliche Arbeit. Das ist die wichtigste Phase. Und hier brauchen Schulen Unterstützung.

Ich erinnere noch die Sehschlitze in den Türen. Wir hatten ein transparentes Konzept. Schnell klebten die ersten Kolleg:innen buntes Transparentpapier davor. Die Schüler:innen bewegten sich nur rennend durch die Schule. Wir ließen uns deshalb von einer Innenarchitektin beraten. Mit ihr haben wir überlegt: Das ist unser Konzept und was brauchen wir, um das gut zu bespielen? Grünpflanzen, runde Teppiche, Blickfänge ...

Das eine ist die Theorie: Wie planst Du einen Neubau, welche pädagogischen Ideen möchtest du verwirklichen. Die andere Frage ist dann: Wie lebt die Planung? Da sind Innenarchitekten und Möbelberatung wichtig.

#### Was hätten Sie pädagogisch gebraucht?

**Susanne von Stebut:** Jemanden, der mit uns gemeinsam früh den pädagogischen Prozess für das erste Jahr nach dem Einzug plant. Worauf muss man achten, wenn man ein neues Gebäude bezogen hat? Im Idealfall spielt jemand mit einer Schulleitung kurz vor dem Einzug ganz konkret durch, wie das Leben in den neuen Räumen stattfinden soll und was es dafür braucht. Und da rede ich nicht über pädagogische Konzepte. Aber auch dafür hätte ich eine externe Begleitung gebraucht.

#### Die gibt es mittlerweile im LI und kann von Schulen gerne angefragt werden. Können die Aufsichten bei der Personalrekrutierung unterstützen?

**Susanne von Stebut:** Natürlich beraten wir im Einzelfall. Aber die aktive Unterstützung beim Thema Personal ist Aufgabe der Abteilung B22, also der Personalreferent:innen.

#### Wenn eine Schulleitung erfährt: Unsere Schule wird größer oder es wird gebaut. Was würden Sie ihr als erstes empfehlen?

**Ilka Jasper:** Die Schulgemeinschaft gut und umfassend zu informieren. Es wird immer schwierig, wenn diese sich zu spät informiert fühlt.

**Susanne von Stebut:** Gelassen bleiben. Durchatmen. Die Nachricht als Geschenk betrachten. Wachstum kann bedeuten: Innovation durch neue Strukturen – ggf. stehen meiner Schule durch die wachsende Schülerzahl eine zusätzliche Abteilungsleitung und mehr Funktionsstunden zur Verfügung.

**Ilka Jasper:** Ungeahnte Möglichkeiten...

**Susanne von Stebut:** Ich würde die Schulleitung auch fragen, ob diese Herausforderung für sie passend ist und wie ich sie unterstützen kann.

#### Kontakte:

[ilka.jasper@bsb.hamburg.de](mailto:ilka.jasper@bsb.hamburg.de)

[susanne.vonstebut@bsb.hamburg.de](mailto:susanne.vonstebut@bsb.hamburg.de)

Agentur für Schulberatung des Landesinstituts:

[antje.sinemus@li-hamburg.de](mailto:antje.sinemus@li-hamburg.de)

[peter.schulze@li-hamburg.de](mailto:peter.schulze@li-hamburg.de)

# BERTINI-PREISVERLEIHUNG 2022

Anja Keuchel mit Schüler:innen der Nelson-Mandela-Schule

Sozial-Senatorin Melanie Leonhard



Ewa Michalak und Marione Ingram:  
Ewa zeichnete das Cover für die  
Schulbuchausgabe von „Kriegskind“

**Die Welt war eine andere geworden, als die 87 Preisträger:innen des diesjährigen BERTINI-Preises am 8. Mai im Ernst-Deutsch-Theater auf die Bühne traten, um im Anschluss an die Redebeiträge für ihr vielfältiges Engagement für ein solidarisches Zusammenleben geehrt zu werden. Zur Bekanntgabe der Gewinner am 27. Januar schien der Angriff auf die Ukraine noch undenkbar, an diesem sonnigen Maitag aber war der Krieg nach Europa zurückgekehrt, und die Bedeutung von Zivilcourage zur Bewahrung demokratischer Grundwerte hätte den Besuchern nicht deutlicher vor Augen geführt werden können.**

Die diesjährigen Preisträger:innen haben mit ihren Beiträgen auf eindrucksvolle Weise bewiesen, dass sie die Leitmotive des BERTINI-Preises nicht nur verinnerlicht haben, sondern auch jederzeit praktisch anzuwenden bereit sind: „Ausgrenzung geht gar nicht“, antwortete Schülerin Liv Hellwich von der Ilse-Löwenstein-Schule auf die Frage des Moderators, was sie persönlich aus ihrem Projekt mitnehme. „Alle Menschen sind gleich gut und müssen gleichbehandelt werden.“

Dass Frieden und Demokratie immer wieder neu errungen werden müssen, daran erinnerte Sozial-Senatorin Melanie Leonhard in ihrem Grußwort. Leonhard lobte die Schüler:innen für ihre Ideen und ihre Kreativität und betonte gleichzeitig die Wichtigkeit ihres Engagements. Denn unter allen Ländern der Erde, so die Senatorin, gebe es keine 30 vollständigen Demokratien. Man kämpfe also als Minderheit. „Die Demokratie ist nicht selbstverständlich“, sagte Leonhard. „obwohl sie Mängel, Schwächen und Fehler hat, ist sie doch das Kostbarste, das wir zu verteidigen haben.“ Ihre Rede schloss die Senatorin mit einem Appell, gemeinsam für die Erhaltung der demokratischen Grundlagen einzutreten, „für eine Demokratie, in der jeder Mensch gleich viel zählt und in der die Würde jedes Menschenlebens zu achten und zu schützen ist“.

Dem Applaus auf die Rede der Senatorin folgte kurz darauf eine konzentrierte Stille. Denn nun stand die aus Washington angereiste Marione Ingram am Pult des Ernst-Deutsch-Theaters und erzählte aus ihrem bewegten Leben. Ingram ist Überlebende des Holocaust und des Hamburger Feuersturms, Autorin des Buches „Kriegskind. Eine jüdische Kindheit in Hamburg“ und heute aktive Bürgerrechtlerin in den USA. Die 86-Jährige, deren Lebensgeschichte sich die Theatergruppe des Friedrich-Ebert-Gymnasiums widmete, erzählte aus erster Hand von den Schrecken des Krieges: von der Deportation ihrer Familienangehörigen, dem versuchten Suizid ihrer jüdischen Mutter, davon, wie sie nach

der Bombardierung des Hauses als sieben-jähriges Kind an deren Hand durch die brennende Stadt irrte, ohne irgendwo Schutz zu finden. Ingram erzählte von den Gräueln: „Die Briten bombardierten nachts, die Amerikaner tagsüber.“ Im Theatersaal hätte man während des Vortrags eine Nadel fallen hören können.

Mit ihrem eindrucksvollen Zeitzeugenbericht lieferte Marione Ingram gleichsam die Negativfolie, vor deren dunklem Hintergrund das Engagement der prämierten Schüler:innen-Projekte noch einmal an Bedeutung gewann. „Die wichtigste Lektion, die ich aus dem Holocaust gelernt habe“, sagte Ingram, „bestand darin, mich für diejenigen einzusetzen, die heute aufgrund von Rassismus, Nationalismus oder religiöser Feindseligkeit unterdrückt werden.“ In diesem Zusammenhang erinnert sie auch an die beiden US-amerikanischen Physiker Stephen Hawking und Neil deGrasse Tyson. „Sie haben uns gelehrt, dass wir alle aus Sternenstaub gemacht sind und derselben Menschenfamilie angehören, die ihren Ursprung in Afrika hatte.“ Ingram greift zum Wasserglas, trinkt einen Schluck und lässt den Satz im Publikum wirken.

Ihre Rede verband Marione Ingram abschließend mit einem flammenden Appell an die Preisträger:innen: „Die Zukunft, die Sie jetzt vor sich haben, ist bedrohlicher als die, mit der ich als Kind konfrontiert war. Sie müssen sich darauf vorbereiten, sich den tödlichsten und schwierigsten Bedrohungen zu stellen, die die Welt je gesehen hat. Der Krieg in der Ukraine hat uns daran erinnert, dass ein einzelner Mensch uns plötzlich an den Rand eines Atomkriegs bringen kann. Es ist eine enorme Herausforderung, aber Sie haben gezeigt, dass Sie es schaffen können.“ Bei den diesjährigen Preisträger:innen wie bei den Gästen dürfte Ingrams Botschaft angekommen sein: Der BERTINI-Preis ist Auszeichnung und Auftrag zugleich.

#### Text und Fotos:

Maren Preiß, Freie Journalistin  
maren.preiss@t-online.de

## DIE PREISTRÄGER-PROJEKTE:

### Nelson-Mandela-Schule:

#### „Wir geben euch nicht ab!“

Eine 27-köpfige Schüler:innengruppe, bestehend aus der 5. Klasse der Nelson-Mandela-Schule und dem Schulsprecherteam des Helmut-Schmidt-Gymnasiums, machte gegen die drohende Abschiebung einer Mitschülerin mobil: So organisierte sie einen Flashmob und dokumentierte diesen öffentlichkeitswirksam mit einem YouTube-Video. Außerdem wurden Unterschriftenlisten, Plakate und Briefe an den Landeschulrat Thorsten Altenburg-Hack übergeben, der sie stellvertretend für den Schulsenator Ties Rabe entgegennahm.

### Alexander-von-Humboldt-Gymnasium:

#### „Menschsein ist eine Entscheidung – Du hast die Wahl!“

17 Oberstufenschüler:innen des Alexander-von-Humboldt-Gymnasiums widmeten sich in einem Theaterprojekt rassistisch motivierten Gewalttaten der jüngsten Vergangenheit. Damit wollen sie auf die Notwendigkeit aufmerksam machen, auch in der Gegenwart proaktiv gegen Rassismus und Diskriminierung vorzugehen: In einer Szene stehen sich zwei feindliche Lager gegenüber und beschimpfen einander heftig. Sie gehen aufeinander los, es kommt zu körperlicher Gewalt. Es finden sich zwei Mutige, die die Gewaltspirale brechen: Sie beteiligen sich nicht an dem Kampf und weisen den Weg aus dem Konflikt: „Liebe statt Hass.“ Nacheinander wechseln auch die Kombattant:innen die Seite, stellen sich mit nach vorn und geben ihre Maximen aus. Zum Abschluss stimmen alle Beteiligten gemeinsam und mit lauter Stimme in den Chor ein: „Menschsein ist eine Entscheidung – Du hast die Wahl!“

### Ilse-Löwenstein-Schule:

#### „Gegen das Vergessen“

14 Schüler:innen der Arbeitsgemeinschaft „Schule gegen Rassismus“ und der Schulsprecher Julius Jacobsen widmeten sich der Erinnerung an die 1941 deportierte Ilse Löwenstein und der Geschichte des Antisemitismus: Im Rahmen des „Ilse-Tags“ produzierten sie zwei Videos und einen Podcast. Sie initiierten außerdem „Ilse-Challenges“, zu deren aktiver Teilnahme sie die Schüler:innenschaft ihrer Schule einluden. Vor Corona hatten die Lehrkräfte den „Ilse-Tag“ gestaltet. Nun wurden erstmals Schüler:innen mit dieser Aufgabe betraut.

### Friedrich-Ebert-Gymnasium:

#### Begegnungs- und Kooperationsprojekt „Child Survivor Marione Ingram“

21 Schüler:innen brachten die Kindheitsgeschichte der Holocaust-Überlebenden Marione Ingram als Theaterstück auf die Bühne, wandelten es coronabedingt in eine Film-Collage um und konzipierten und gestalteten die mittlerweile vergriffene deutsche Ausgabe von Marione Ingrams Buch „Kriegskind – eine jüdische Kindheit in Hamburg“ als kommentierte Schulbuchausgabe, um damit ihre Geschichte an die nachfolgenden Generationen weiterzugeben.

Ausführliche Informationen zu den Preisträger:innen finden Sie unter:  
[bertini-preis.hamburg.de](http://bertini-preis.hamburg.de)

## Personalien

Die Behörde für Schule und Berufsbildung hat den folgenden Bestellungen zugestimmt:

### zur Schulleiterin / zum Schulleiter:

(Grund-)Schule Friedrich-Frank-Bogen: Franziska Pettersson  
(Grund-)Schule Brehmweg: Denise Piontek

### zur stellv. Schulleiterin/ zum stellv. Schulleiter:

Grundschule Neurahlstedt: Magdalena Schommer  
(Grund-)Schule Sander Straße: Jan Drescher  
Ganztagsgrundschule Am Johannisland: Michael Krause  
Wolfgang-Borchert-(Grund-)Schule: Johannes Bogenschneider  
Loki-Schmidt-(Grund-)Schule: Julia Kahnt  
(Grund-)Schule Leuschnerstraße: Zerrin Jacobs

Gretel-Bergmann-(Stadtteil-)Schule: Andreas Alfes  
Gymnasium Altona: Robert Kieschnick

### zur Abteilungsleiterin/ zum Abteilungsleiter:

(Grund-)Schule Ratsmühlendamm: Christina Iserhot  
Adolph-Schönfelder-(Grund-)Schule: Eike Christian Krüger  
(Grund-)Schule Rothestraße: Anke Vatterodt  
Theodor-Haubach-(Grund-)Schule: Daniel Röhe  
Stadtteilschule Lurup: Eva Breiter  
Julius-Leber-(Stadtteil-)Schule: Torsten Allwardt  
Gymnasium Dörpsweg: Tina Christophersen

24. August – 10. Oktober 2022  
Staats- und Universitätsbibliothek  
Hamburg

FOTO: NATIONAAL ARCHIEF/COLLECTION SPARNESTAD PHOTO



Im Institut für Kriegsdokumentation  
in Amsterdam ordnet Louis de Jong  
Dokumente über die deutsche  
Besatzung der Niederlande, 1950.

## AUSSTELLUNG:

# Verfolgen und Aufklären. Die erste Generation der Holocaustforschung

Zwischen 1939 und 1945 ermordeten die Deutschen sechs Millionen Jüdinnen und Juden. Der Holocaust zielte auf die Vernichtung von Menschen genauso wie auf die Zerstörung ihrer Kultur und die Verschleierung aller Spuren des Verbrechens.

Dieser vollständigen Auslöschung versuchten Jüdinnen und Juden noch während des Mordens entgegenzuwirken. Sie erforschten das Geschehen, um die Dimensionen des Massenmordes und der Vernichtung jüdischer Lebenswelten sichtbar zu machen und daran zu erinnern. Im Exil, aber auch unter lebensfeindlichen Bedingungen in den Ghettos und Lagern, dokumentierten sie die Taten, sammelten Fakten und sicherten Spuren. Sie gründeten Archive und Forschungsgruppen, die nach Kriegsende ihre Arbeit fortsetzten. Sie wollten an die Ermordeten erinnern, die Shoah ergründen, die Täter vor Gericht bringen und gleichzeitig einen erneuten Genozid unmöglich machen.

Angetrieben von unterschiedlichen Motiven, widmeten sich diese Frauen und Männer mit verschiedenen beruflichen

Hintergründen der Erforschung und dem Gedenken an den Holocaust. Sie verweigerten damit den Verbrecher:innen den endgültigen Triumph: Der millionenfache Mord fiel nicht dem Vergessen anheim und blieb nicht ohne Konsequenzen. Bücher, Gedenkstätten, Forschungsinstitute, Gerichtsprozesse und nicht zuletzt die UN-Genozidkonvention von 1948 waren Resultate ihres leidenschaftlichen Engagements. Auf diesem Vermächtnis beruht unser heutiges Wissen über den Holocaust.

Die Ausstellung setzt Leben und Arbeit von zwanzig dieser Pionier:innen der Holocaustforschung ein Denkmal. Namen wie RACHEL AUERBACH, RAPHAEL LEMKIN, SIMON WIESENTHAL oder JOSEPH WULF stehen exemplarisch für eine kleine Gruppe unermüdlicher Aufklärer:innen. Unter widrigsten Bedingungen und oftmals gegen Gleichgültigkeit und Ablehnung schufen sie die Grundlagen für die universelle Anerkennung des Holocausts als Menschheitsverbrechen.

## Rahmenprogramm

**23.08.2022, 19:00**  
Eröffnung der Ausstellung

*Erste Holocaust-Forschende und Dokumentation*  
Podium: Franziska Exeler, Markus Roth, Daniel Schuch  
Moderation: Sabine Bamberger-Stemmann

**30.08.2022, 19:00**  
*Lernen über und an der frühen Holocaust-Forschung. Studentische Beiträge zur didaktischen Analyse*  
Eine Veranstaltung mit Studierenden der Fakultät für Erziehungswissenschaft an der Universität Hamburg  
Moderation: Andreas Körber

**01.09.2022, 17:00**  
*Polizeibataillone aus Norddeutschland und der Holocaust. Frühe Forschungen und ihre Impulse*  
Themenrundgang mit Wolfgang Kopitzsch  
Treffpunkt: Geschichtsort Stadthaus, Stadthausbrücke 6  
Anmeldung unter: [www.kz-gedenkstaette-neuengamme.de/veranstaltungs-kalender/](http://www.kz-gedenkstaette-neuengamme.de/veranstaltungs-kalender/)

**06.09.2022, 19:00**  
*Kreative und forschende Projektarbeit mit Schüler:innen zum Holocaust\**  
Vorträge: Hédi Bouden, Fabian Wehner  
Podium: Michael Batz, Carmen Bisotti und Johanna Jöhnck  
Moderation: Ruben Herzberg  
Treffpunkt: Lichthof der Bibliothek

**13.09.2022, 19:00**  
*Vom Buch zum „Hologramm“ – Zeug:innenschaft gestern und heute*  
Ein Gespräch mit der Holocaust-Überlebenden Eva Umlauf  
Podium: Anja Ballis, Florian Duda, Ernst Hüttli, Eva Umlauf  
Moderation: Kim Wünschmann

**20.09.2022, 19:00**  
*Raphael Lemkin: Historical and Legal Construction of the Crime of Genocide*  
Vortrag: Yurii Kaparulin  
Moderation: Carolin Lange

**10.10.2022, 19:00**  
*Fotografische Perspektive und „perpetrator bias“ in klassischen Holocaust-Fotos*  
Vortrag: Maiken Umbach  
Moderation: David Rojkowski  
Anschließend ein Schlusswort vom wissenschaftlichen Co-Leiter der Ausstellung Hans-Christian Jasch

Die Veranstaltungen finden im Vortragsraum der Staats- und Universitätsbibliothek Hamburg statt.

\* Veranstaltung zertifizierbar als Lehrer:innen-Fortbildung

Die Ausstellung ist ab dem 24. August 2022 täglich von 10-18 Uhr geöffnet. Der Eintritt ist frei.

Lichthof der Staats- und Universitätsbibliothek Carl von Ossietzky, Von-Melle-Park 3, 20146 Hamburg

**Eingang zur Ausstellung:**  
**Grindelallee/Ecke Edmund-Siemers-Allee**

S-Bahn-Station: Dammtor  
Bushaltestelle: Universität/Staatsbibliothek



<https://www.hamburg.de/politische-bildung/>



<https://blog.sub.uni-hamburg.de/?p=32986>



Die Ausstellung ist in deutscher und englischer Sprache. Barrierearme Ausschnitte ergänzen die Präsentation in Hamburg.



Eine digitale Version der Ausstellung finden Sie unter:  
<https://bit.ly/online-ausstellung>



Eine Ausstellung von:



The  
**Wiener Library**  
for the Study of the Holocaust & Genocide



**TOURO COLLEGE BERLIN**

Präsentiert in Hamburg auf Initiative der Landeszentrale für politische Bildung Hamburg, Staats- und Universitätsbibliothek Hamburg, Universität Hamburg Fakultät für Erziehungswissenschaft, Stiftung Hamburger Gedenkstätten und Lernorte zur Erinnerung an die Opfer der NS-Verbrechen, Forschungsstelle für Zeitgeschichte in Hamburg, des Instituts für die Geschichte der deutschen Juden, des Landesinstituts für Lehrerbildung und Schulentwicklung und „Hamburg macht Schule“.

# Die nachfolgenden Anhänge erscheinen nur in der online Ausgabe

## Gesundheitsprojekte – Beispiele guter Praxis

**Silke Bluhm** und **Gabriele Kutscher** sind Mitarbeiterinnen im Referat Gesundheit im Landesinstitut für Lehrerbildung und Schulentwicklung

Zahlreiche Programme und Projekte außerschulischer Akteure unterstützen Schulen bei der Umsetzung der schulischen Gesundheitsförderung. Im Folgenden werden beispielhaft einzelne Angebote kurz vorgestellt, die der KMK-Empfehlung zur Gesundheitsförderung und Prävention in der Schule<sup>1</sup> sowie den Vorgaben der Hamburger Bildungs- und Rahmenpläne zum Aufgabengebiet Gesundheitsförderung entsprechen.

### Gesunde Schule

Das Programm **Gesund macht Schule** zielt darauf ab, Kinder, Eltern, Lehrkräfte und Mitarbeitende im Offenen Ganztags für ihre eigene Gesundheit zu interessieren und für das Erlangen eigener Gesundheitskompetenz zu begeistern. Ärzt:innen unterstützen dabei die Lehrkräfte bei der Unterrichtsgestaltung und Elternarbeit mit ihrer Expertise für Prävention und Gesundheitsförderung in Form von Partnerschaften. Finanziert und umgesetzt wird das Projekt von der Ärztekammer zusammen mit der AOK. Hinweise finden sich unter <https://www.gesundmachtschule.de/>.

Um die Gesundheitskompetenzförderung geht es auch in der Schulinitiative **Pausenlos gesund** der Stiftung Gesundheitswissen. Sie stellt ein multimediales Materialienpaket zur Verfügung und ermöglicht eine Integration des Themas Gesundheits- und Gesundheitssystemkompetenz in den Schulunterricht. Alle Module, Videos und Materialien sind online abrufbar unter <https://www.pausenlos-gesund.de>.

Gesundheitsförderung nachhaltig zu verankern, damit alle an Schule Beteiligten gesund lernen und arbeiten können, verfolgt das Projekt **Gesunde Schule gestalten**. Jedes Jahr schreibt die Hamburger Arbeitsgemeinschaft für Gesundheitsförderung e.V. (HAG) den Gesundheitspreis für Schu-

len aus. Sie vergibt die Auszeichnung in Kooperation mit dem Landesinstitut für Lehrerbildung und Schulentwicklung (LI), der für Bildung zuständigen Behörde und der Sozialbehörde. Auch die Krankenkassen (GKV) steuern Projektmittel bei. Hinweise zum Bewerbungsverfahren finden sich unter <https://www.hag-gesundheit.de/arbeitsfelder/gesund-aufwachsen/gesunde-schule>.

### Ernährungs- und Verbraucherbildung

Gesunde Ernährung fördern möchte z.B. **brotZeit e.V.** An inzwischen 17 Hamburger Schulen werden Kinder mit einem kostenlosen gesunden Schulfrühstück versorgt. Konzentrationsmangel, soziale Ausgrenzung und weniger Chancen auf Bildung sind oft auch Folgen von unzureichender Nahrungszufuhr und Durst. Viele Spenden, Förderungen und ehrenamtliche Unterstützung ermöglichen **brotZeit**, etwas dagegen zu tun. Weitere Informationen sind unter <https://www.brotzeitfuerkinder.com/> einzusehen.

Mit ihrem Projekt **Ich kann kochen!** will die Sarah Wiener Stiftung zusammen mit der Barmer Ersatzkasse Kinder frühestmöglich für ausgewogene Ernährung begeistern. Durch eigene Erfahrungen beim Kochen mit frischen Lebensmitteln wird wirkungsvoll Wissen vermittelt. Der Effekt ist nachhaltig: Das Kochen fördert die Gesundheit der Kinder. Die Initiative verfolgt einen praktischen Ansatz: Lernen durch das eigene Erleben. Fähigkeiten und Fertigkeiten, die für eine genussvolle Zubereitung von Mahlzeiten erforderlich sind und die alle Sinne ansprechen, werden mit 500 Euro pro Antrag unterstützt. Informationen dazu sind unter <https://ichkannkochen.de/angebot/> eingestellt.

### Bewegungsförderung

Das Gemeinschaftsprojekt der BSB und der AOK Rheinland/Hamburg **Fit durch die Schule** unterstützt Maßnahmen zur Bewegungsförderung an Hamburger Schulen. Ziel der Initiative ist es, dass Schulen zur Bewegung motivierende Angebote außerhalb des Unterrichts dauerhaft in ihren Schulalltag integrieren. Grundschulen und weiterführende Schulen können teilnehmen. Mit passgenauen Projektideen

sollen Kinder und Jugendliche, unabhängig von Geschlecht, ethnischer Herkunft und sozialem Umfeld, durch die Freude an der Bewegung angeregt werden, regelmäßig aktiv zu sein, so dass Bewegung für sie zu etwas Alltäglichem wird. Die Initiative unterstützt Schulen bei der Umsetzung ihrer Ideen zwei Schuljahre lang mit bis zu 5.000 Euro. Die Teilnahmebedingungen sind unter [www.fitdurchdieschule.de](http://www.fitdurchdieschule.de) dargelegt.

Zahlreiche Anregungen zur **Bewegten Schule** sind auf der Internetseite des Referats Bewegung & Sport des LI unter <https://li.hamburg.de/sport/> zu finden. Schulen können das Prädikat „Bewegte oder Sportbetonte Schule“ erwerben. Sie können in einem Netzwerk aktiv werden und sich zu Bewegungsanlässen im Unterricht, zu Bewegungspausen, zum Zusammenhang zwischen Bewegung und Lernen sowie zu passgenauen Konzepten austauschen.

Eine erfolgreiche Jugendarbeit im Sport beruht auf einem frühzeitigen Beginn der Förderung und einer breiten Basis an motivierten jungen Menschen. Um die sportliche Ausbildung der Schüler:innen im Rahmen der Schulzeit weiter zu optimieren, startete der FC St. Pauli zum Schuljahr 2013/2014 das Programm der **FC St. Pauli Schulkoooperationen**. Das Projekt **Rabauken** beschränkt sich auf die sportlichen Angebote in der Ganztagsbetreuung und wird ausschließlich im Rahmen des Fußballsports durchgeführt. Seit Beginn des Schuljahres 2016/2017 nehmen derzeit 41 Grundschulen und drei weiterführende Schulen am Projekt teil. Informationen zum Programm finden sich unter <https://www.fcstpauli.com/rabauken/schulkoooperationen/>.

### Psychische Gesundheit

**Irre menschlich Hamburg e.V.** war bisher an mehreren tausend Unterrichtsprojekten für Schüler:innen aller weiterführenden Schulen sowie der Grundschulen und Berufsschulen beteiligt. Schwerpunkt der Unterrichtseinheit ist in der Regel der Besuch von Menschen mit persönlicher Krisenerfahrung, die sich konstruktiv mit ihrer psychischen Erkrankung auseinandergesetzt haben. Die Begegnungen beziehen sich auf die Bildungs- und Rahmenpläne verschiedener Fächer oder auf besondere Anlässe wie Projekttag oder Projektwochen. Das Angebot umfasst den Themenkreis „psychische Erkrankungen“ allgemein oder verschiedene Schwerpunkte. Irre menschlich e.V. berät Lehrkräfte und bietet altersgerechte und authentische Materialien an. Nach Bedarf können Medien zusammengestellt werden. Das Angebot wird unter <https://www.irremenschlich.de/> beschrieben.

### Erste-Hilfe

Jedes Jahr sterben etwa 70.000 Menschen an akutem Herzversagen. Bis zu 10.000 von ihnen könnten gerettet werden, wenn mehr Menschen bei akutem Herz-Kreislauf-Versagen sofortige Wiederbelebung leisten. Daher bietet die **Herzretter-Initiative „Ich kann Leben retten!“** eine Ausbildung in der Laien-Reanimation für alle Schüler:innen der Stadt Hamburg kostenfrei an. Durch die Initiative und mit Unterstützung der Dorit & Alexander Otto Stiftung werden bis zu 14.000 junge Menschen pro Jahr ausgebildet. Die Kurse konzentrieren sich ausschließlich auf das Reanimationstraining und vermitteln die wichtigsten Techniken und Maßnahmen, um im Notfall Leben retten zu können. Entsprechende Informationen finden sich unter [www.ich-kann-leben-retten.de](http://www.ich-kann-leben-retten.de).

An mehr als 50 Hamburger Schulen gibt es **Schulsanitätsdienste**, in denen Schüler:innen der Jahrgangsstufen 7 bis 13 mitarbeiten. Schulsanitätsdienste bieten vielfältige Möglichkeiten des sozialen Lernens und sind eine sinnvolle Ergänzung des „Erste-Hilfe-Systems“ einer Schule. Die Ausbildung zum Schulsanitäter oder zur Schulsanitäterin erfolgt durch die Hilfsorganisationen Arbeiter-Samariter-Bund, Deutsches Jugendrotkreuz, Johanniter-Unfall-Hilfe oder Malteser Hilfsdienst. Damit verbundene Kosten und wie diese aufgeteilt werden könnten, wie Unterstützung gefunden werden kann – das alles lässt sich am besten in einem Gespräch mit den Hilfsorganisationen sowie mit der Unfallkasse Nord klären. Hinweise dazu finden sich unter Schulsanitätsdienste.

### Kontakte:

[silke.bluhm@li-hamburg.de](mailto:silke.bluhm@li-hamburg.de)

[gabriele.kutscher@li-hamburg.de](mailto:gabriele.kutscher@li-hamburg.de)

<sup>1</sup> siehe <https://www.kmk.org/themen/allgemeinbildende-schulen/weitere-unterrichtsinhalte-und-themen/gesundheitserziehung.html>

Diesen Artikel gibt es nur in der online Ausgabe

## Schulverpflegung heute – GESUNDHEITSFÖRDERND UND NACHHALTIG

**Im Rahmen des Nationalen Aktionsplans der Bundesregierung IN FORM – Deutschlands Initiative für gesunde Ernährung und mehr Bewegung – sind in allen Bundesländern Vernetzungsstellen für Schulverpflegung eingerichtet worden. Die Vernetzungsstelle Schulverpflegung ist bei der Hamburgischen Arbeitsgemeinschaft für Gesundheitsförderung e. V. (HAG) angesiedelt.**

Die Vernetzungsstelle berät Schulen und Caterer zur Optimierung einer gesundheitsfördernden, vollwertigen, nachhaltigen und von der Schulgemeinschaft akzeptierten Schulverpflegung<sup>1</sup>. Sie wird von der Behörde für Schule und Berufsbildung, der Behörde für Arbeit, Gesundheit, Soziales, Familie und Integration sowie der Behörde für Umwelt, Klima, Energie und Agrarwirtschaft gefördert.

### Treibhausgase und Ernährung

Bei der Reduktion von Treibhausgasen denken wir häufig primär an die Mobilitätswende und die Reduktion des Einsatzes fossiler Brennstoffe. Aber auch unsere Ernährung ist ein effektiver Hebel, um mehr Nachhaltigkeit – nicht nur vor Ort, sondern auch weltweit – zu erreichen. So stößt die Ernährung der Bevölkerung in Deutschland genauso viele klimaschädliche Emissionen aus wie die gesamte Mobilität hierzulande. In Deutschland essen ca. 3,26 Millionen Kinder täglich in den Schulen zu Mittag. Das entspricht etwa 600 Millionen Mahlzeiten jährlich. Hieraus ergeben sich bedeutende Möglichkeiten für eine nachhaltigere Gestaltung.

### Lust auf Zukunft – für eine nachhaltigere Schulverpflegung

<sup>1</sup> siehe <https://www.hag-gesundheit.de/arbeitsfelder/gesund-aufwachsen/schule/vernetzungsstelle/in-form>



**Silke Bornhöft**  
ist Mitarbeiterin in der Hamburgischen Arbeitsgemeinschaft für Gesundheitsförderung e. V. (HAG) und leitet die Vernetzungsstelle Schulverpflegung Hamburg.

Eine nachhaltigere Schulverpflegung zu realisieren, ist für alle Beteiligten eine Herausforderung. Selbst Menschen, für die Nachhaltigkeitskriterien bei der Ernährung eine Rolle spielen, ordnen diese bei der täglichen Essenswahl anderen Kriterien wie Zeit, Lust und Budget unter. Ziel sollte sein, dass Schulverpflegung in allen Bereichen nachhaltig und ihre nachhaltige Gestaltung gängige Praxis wird. Im Sinne eines ganzheitlichen Ansatzes von Schule sollte das Thema nachhaltige Schulverpflegung als Aufgabe der „ganzen Schule“ betrachtet werden. Neben der Umsetzung in der Schulverpflegung stellt dieser Ansatz nicht nur die Verknüpfung mit dem Unterricht her, sondern bindet die gesamte Schule mit ihrem Schulleben ein und zielt darauf ab, die Schule als Organisation weiterzuentwickeln.

In der Beratung erhalten wir häufig von Schulen die Rückmeldung, dass Nachhaltigkeit durchaus ein interessantes Thema sei, es lasse sich aber im Schulalltag nur schwer umsetzen. Die Vernetzungsstelle Schulverpflegung Hamburg hat im Rahmen der durch das Bundesministerium für Ernährung und Landwirtschaft (BMEL) geförderten IN FORM-Projekte diverse Materialien entwickelt, die den Akteuren im Handlungsfeld Schulverpflegung Hilfestellungen geben. Sie werden hier vorgestellt und sollen Mut und Lust machen, etwas zu bewegen.

### Ideenkatalog „Lust auf Zukunft“ – Aktionsideen, Bildungsmaterialien und außerschulische Angebote für weiterführende Schulen

Es gibt inzwischen eine Fülle von Materialien und Angeboten rund um eine nachhaltige Ernährung. Eine Hilfe zur Orientierung bietet der Ideenkatalog<sup>2</sup>. Hier findet sich eine umfassende Übersicht zu schulischen und außerschulischen Angeboten, Aktionsideen, Bildungsmaterialien und

<sup>2</sup> siehe [https://www.hag-gesundheit.de/fileadmin/hag/data/Arbeitsfelder/Gesund\\_aufwachsen/Schule/In\\_Form/Ideenkatalog\\_Lust\\_auf\\_Zukunft\\_VSSV\\_HH\\_2Auflage\\_final.pdf](https://www.hag-gesundheit.de/fileadmin/hag/data/Arbeitsfelder/Gesund_aufwachsen/Schule/In_Form/Ideenkatalog_Lust_auf_Zukunft_VSSV_HH_2Auflage_final.pdf)

weiterführenden Informationen. Die Materialien dienen der Förderung einer nachhaltigeren Schulverpflegung und insbesondere der Sensibilisierung von Schüler:innen für nachhaltigen Konsum und entsprechende Ernährungsentscheidungen.

### Checkliste „Lust auf Zukunft“ – Potenziale erkennen

Wie kann eine Schule das Thema Nachhaltigkeit aufgreifen? Gibt es bereits Aktivitäten, an die angeknüpft werden kann? Welche Maßnahmen sind sinnvoll und umsetzbar? Bei der Beantwortung dieser Fragen unterstützt die Checkliste. Sie ist eine Planungshilfe zur Umsetzung von Aktivitäten rund um Nachhaltigkeit und Ernährung an Schulen. Mittels strukturierter Fragen erfolgt eine umfassende Bestandsaufnahme. Es wird der aktuelle Stand der Schule rund um die Themen Nachhaltigkeit und Bildung für nachhaltige Entwicklung (BNE) bestimmt und ein detailliertes Bild der Verpflegungssituation erarbeitet. Im Anschluss können Ziele festgelegt, Impulse für Umsetzungsideen gewonnen und die nächsten Schritte und Aktionen geplant werden<sup>3</sup>.

### Acht Handlungsempfehlungen für eine nachhaltigere Schulverpflegung

Nachhaltige Schulverpflegung bedeutet die Bereitstellung von Speisen und Getränken, die ressourcenschonend, umweltverträglich, ethisch verantwortlich und fair hergestellt wurden, die gesundheitsfördernd sind und soziokulturelle Vielfalt ermöglichen. Welche Aspekte dabei eine wichtige Rolle spielen, ist in den Handlungsempfehlungen ausgeführt<sup>4</sup>. Sie richten sich an die Schulgemeinschaft – sowohl an die Schule als auch an die Speisenanbieter:innen, da Veränderungen idealerweise gemeinsam mit allen Akteuren umgesetzt werden. Die Empfehlungen sollen Schulen ermutigen, ihre Schulverpflegung nachhaltiger zu gestalten. Sie dienen als Einstieg, um Möglichkeiten und Ideen zur Umsetzung aufzuzeigen. Sind bereits erste Schritte in Richtung einer nachhaltigeren Schulverpflegung erfolgt, können mit den Empfehlungen weitere Schritte umgesetzt werden.

### Rezepte – jugendgerecht, nachhaltig und praxiserprobt

Der erste und effektivste Schritt in Richtung einer nachhaltigen Ernährung ist die Reduktion des Anteils der tierischen Lebensmittel. Dies bedeutet im Umkehrschluss, den Anteil der pflanzlichen Lebensmittel zu erhöhen. Die Vernetzungsstelle Schulverpflegung hat eine Rezeptsammlung

<sup>3</sup> siehe [https://www.hag-gesundheit.de/fileadmin/hag/data/Arbeitsfelder/Gesund\\_aufwachsen/Schule/In\\_Form/Check\\_Nachhaltigkeit\\_Schule\\_vssv\\_hh.pdf](https://www.hag-gesundheit.de/fileadmin/hag/data/Arbeitsfelder/Gesund_aufwachsen/Schule/In_Form/Check_Nachhaltigkeit_Schule_vssv_hh.pdf)

<sup>4</sup> siehe [https://www.hag-gesundheit.de/fileadmin/hag/data/Arbeitsfelder/Gesund\\_aufwachsen/Schule/In\\_Form/Handlungsempfehlungen\\_Lust\\_auf\\_Zukunft\\_VSSV\\_HH.pdf](https://www.hag-gesundheit.de/fileadmin/hag/data/Arbeitsfelder/Gesund_aufwachsen/Schule/In_Form/Handlungsempfehlungen_Lust_auf_Zukunft_VSSV_HH.pdf)

mit erprobten vegetarischen Rezepturen für die Schulverpflegung zusammengestellt. Sie sind so ausgewählt, dass sie Jugendliche ansprechen und Akzeptanz finden. In der Rezeptsammlung finden sich Gerichte wie Spinatlasagne, Gemüsepizza, Rotes Thai-Curry mit Blumenkohl, Möhren, Tomaten und Erbsen sowie Kartoffeltortilla.<sup>5</sup>

### Kochworkshops mit Schüler:innen – saisonal und regional

In diesen Kochworkshops sollen nachhaltige Ernährung erlebbar gemacht und genussvolle Erfahrungen ermöglicht werden. In der Handreichung finden sich neben Menüvorschlägen für die einzelnen Jahreszeiten ausführliche Anleitungen, Einkauflisten und Materialien, die für einen fachlichen Input genutzt werden können<sup>6</sup>. Mit dem Workshop werden folgende Ziele verfolgt:

Die Schüler:innen

- wissen, was unter dem Begriff „saisonale Lebensmittel“ verstanden wird
- kennen den Saisonkalender
- können anhand der Rezepte die Saisonalität von Speisen bestimmen
- stärken ihr Gemeinschaftsgefühl durch die gemeinsame Zubereitung und den Verzehr des Menüs

Nehmen Sie gern Kontakt zu uns auf, wenn Sie Unterstützung zur Veränderung Ihres Verpflegungsangebotes hin zu mehr Nachhaltigkeit benötigen. Aktuelle Informationen erhalten Sie auch in unserem Newsletter, den Sie über unsere Homepage abonnieren können.

### Kontakt:

[silke.bornhoeft@hag-gesundheit.de](mailto:silke.bornhoeft@hag-gesundheit.de)

### Literatur:

HmS 4/2021 Ganztage <https://www.hamburg.de/contentblob/15674888/2a746c634f6879fcb1c578b46e7755f7/data/hms-11-2021-dl.pdf> siehe Artikel „Mittag – mehr als nur Essen“ von Björn Steffen, S. 11ff.

<sup>5</sup> siehe [https://www.hag-gesundheit.de/fileadmin/hag/data/Arbeitsfelder/Gesund\\_aufwachsen/Schule/In\\_Form/Rezeptsammlung\\_Lust\\_auf\\_Zukunft\\_VSSV\\_HH.pdf](https://www.hag-gesundheit.de/fileadmin/hag/data/Arbeitsfelder/Gesund_aufwachsen/Schule/In_Form/Rezeptsammlung_Lust_auf_Zukunft_VSSV_HH.pdf)

<sup>6</sup> siehe [https://www.hag-gesundheit.de/fileadmin/hag/data/Arbeitsfelder/Gesund\\_aufwachsen/Schule/In\\_Form/Handreichung\\_Durchf%C3%BChrung\\_saisonaler\\_Kochworkshops.pdf](https://www.hag-gesundheit.de/fileadmin/hag/data/Arbeitsfelder/Gesund_aufwachsen/Schule/In_Form/Handreichung_Durchf%C3%BChrung_saisonaler_Kochworkshops.pdf)

# Diesen Artikel gibt es nur in der online Ausgabe

## HMS Interview

# Gesundheit und Prävention

## SCHULENTWICKLUNG WEITER DENKEN

**HMS:** Frau Dr. Walther, Sie leiten fast seit einem Jahr das Referat Gesundheit am Landesinstitut für Lehrerbildung und Schulentwicklung. Können Sie bitte für unsere Leser:innen kurz beschreiben, was die zentralen Aufgaben dieses Referats sind?

**BW:** Das Referat Gesundheit berät und unterstützt die Hamburger Schulen bei der Umsetzung von Maßnahmen zur Personalgesundheit und bei der Umsetzung des Aufgabengebietes Gesundheitsförderung. Wir begleiten die Gefährdungsbeurteilungen bezüglich psychischer Belastungen am Arbeitsplatz und beraten hinsichtlich nötiger Maßnahmen zur Belastungsreduktion. Unsere Beratungsstelle ist für alle Beschäftigten der BSB Anlaufpunkt in beruflichen Krisensituationen, bei psychosozialen oder gesundheitlichen Problemen, bei Suchtfragen und der betrieblichen Wiedereingliederung. Im Arbeitsfeld Gesundheitsförderung bieten wir Beratung und Fortbildung u.a. zu den Themen psychische Gesundheit von Schüler:innen, Ernährungsbildung, Erste Hilfe, Bewegungsförderung sowie Lärmprävention an.

**HMS:** Ist es eigentlich sinnvoll, das Handlungsfeld Schüler:innengesundheit von dem der Lehrkräftegesundheit zu trennen?

**BW:** Die gesetzliche Grundlage für das Handlungsfeld Lehrkräftegesundheit bildet das Arbeitsschutzgesetz. Hiernach ist der Arbeitgeber in der Pflicht, Gesundheitsgefährdungen am Arbeitsplatz zu minimieren. Im Bereich Schüler:innengesundheit gibt die Empfehlung der KMK zur Gesundheitsförderung und Prävention eine Orientierung. Die Gesundheitsförderung ist in allen Bundesländern fester Bestandteil des Bildungs- und Erziehungsauftrages. Von diesen unterschiedlichen Grundsätzen ausgehend sollten Schüler:innen- und Lehrkräftegesundheit jedoch zusammenhängend betrachtet werden: Unter ungesunden Arbeitsbedingungen büßen Lehrkräfte Arbeitsfreude und Motivation ein; die Be-



**Dr. Birte Walther**

*leitet seit Beginn des Schuljahres das Referat Gesundheit in der Abteilung Beratung – Vielfalt, Gesundheit und Prävention am LI.*

*Für HMS berichtet sie von ihren Aufgaben und hebt dabei die Bedeutung der Gesundheit für gelingende Lernprozesse hervor.*

lastung ist hoch, die Arbeitsqualität sinkt. Dies wiederum hat negative Auswirkungen auf die Schüler:innen: Die Lehrkraft-Schüler:in-Beziehung ist gestört, das Wohlbefinden und die Lernmotivation sinken. Hier wird deutlich, dass sich erfolgreiches Lernen und Arbeiten nur mit gesunden Lehrenden und Lernenden erreichen lässt. Dieser hier etwas verkürzt beschriebene Zusammenhang spiegelt sich wider im Konzept der guten gesunden Schule. Diese ergänzt ihren Bildungs- und Erziehungsauftrag um Maßnahmen der Gesundheitsförderung des Personals und der Schüler:innen, mit dem Ziel die Gesundheit aller in Schule Beteiligten zu verbessern.

**HMS:** Ist das Thema „Gesundheit“ in der Schul- und Unterrichtsentwicklung immer noch ein Randthema bzw. ein „nice to have“?

**BW:** Nein, Gesundheit in der Schul- und Unterrichtsentwicklung ist nicht mehr ein „nice to have“, sondern eine weitgehend anerkannte Grundlage erfolgreichen Lehrens und Lernens. Nur gesund können Anforderungen gut be-

wältigt und Leistung erbracht werden. Diese Erkenntnis sollte – spätestens seit der Pandemie und dem damit verbundenen hohen Belastungserleben im Bereich Schule – bei allen angekommen sein. Was ich mir allerdings wünsche, ist, dass es nicht nur bei dieser Erkenntnis bleibt, sondern dass dieses Wissen in der Schul- und Unterrichtsentwicklung sowie in der Bildungspolitik stärker Anwendung findet. Die Förderung von Gesundheit ist kein Selbstzweck, sondern notwendige Voraussetzung, um den Bildungserfolg zu gewährleisten.

**HMS:** Wenn Sie auf die Anfragen auf Schulen zurückschauen, was wünschen sich Schulen von Ihnen und Ihren Mitarbeitenden?

**BW:** Im Grunde wünschen sich viele Anfragende einfache Rezepte, Lösungswege und Handlungsleitfäden, um die Arbeitssituation zu verbessern oder um schwierige schulische Situationen zu meistern. Leider muss man sagen, dass es einfache Rezepte oft nicht gibt. Gesundheitsförderliche Arbeitsgestaltung braucht einen langen Atem und die Bereitschaft als Schulleitung und als Kollegium etwas zu verändern und sich zu bewegen. Das kann wie der Gang zur Ärztin oder zum Arzt auch mal unbequem sein. Ideen und Angebote hierzu sind vorhanden, diese müssen jedoch nachhaltig und langfristig in den schulischen Alltag implementiert werden. Es ist für mich und mein Team immer wieder motivierend und inspirierend mit Schulen zu arbeiten, die diesen Weg gehen möchten.

**HMS:** Was hat sich hinsichtlich der Anfragen, aber auch hinsichtlich der benötigten Unterstützungsangebote durch die Corona-Pandemie und vielleicht auch durch den Ukraine-Krieg verändert?

**BW:** Man kann deutlich sagen, dass die Anzahl der Anfragen und das Interesse zum Themenfeld Gesundheit gestiegen sind. Dies gilt für alle Angebote, ob Fortbildungen, Supervisionen oder Beratung. Die Pandemie und auch der Ukraine-Krieg führen dazu, dass Lehrkräfte sich stärker belastet fühlen und sie sich mehr darüber Gedanken machen, wie sie die Schüler:innen psychosozial unterstützen können. Die Themen sind im Vergleich zu früher mehr oder weniger unverändert. Doch was bisher irgendwie auszuhalten war, ist nun nicht mehr tragbar. In der Krisenberatung ist tatsächlich ein Thema hinzugekommen, und das ist der Ausstieg aus dem Beruf oder aus Leitungspositionen. Dies macht noch einmal deutlich, wie wichtig es ist, Belastung anzuerkennen und der Gesundheit einen höheren Stellenwert beizumessen.

**HMS:** Wie gehen Sie bzw. Ihr Team mit der Vielzahl von Ge-

sundheitsprojekten von außerschulischen Akteuren um?  
**BW:** Wir verschaffen uns kontinuierlich einen Überblick und prüfen die Qualität der Angebote. Die Schulen beraten wir dahingehend, Projekte zu wählen, die sich nachhaltig implementieren lassen, zielgruppenorientiert sind und an die Bildungsplanarbeit angedockt werden können.

**HMS:** Haben Sie Tipps für Schulen, die feststellen, dass sie das Thema Gesundheit sichtbarer platzieren wollen? Worauf sollten sie achten? Was sollten sie auf keinen Fall tun?

**BW:** Um das Thema Gesundheit voranzubringen, muss es strukturell verankert werden. Das heißt, einen Gesundheitszirkel, eine AG Gesundheit oder eine/n Gesundheitsbeauftragte/n zu installieren, durch die das Thema kontinuierlich gesteuert wird. Es gilt ein gemeinsames Bewusstsein im Kollegium zu schaffen, dass Gesundheit einen zentralen Stellenwert hat. Dies sollte sich auch im Leitbild und in Schulentwicklungsprozessen widerspiegeln. Eine tragende Rolle hat hier auch die Schulleitung, die gesundheitsbezogene Maßnahmen proaktiv unterstützen muss. Sinnvoll ist eine regelmäßige Bedarfsanalyse; und das Kollegium muss an der Auswahl von Maßnahmen beteiligt werden. Auf keinen Fall sollte man dabei den Blick auf die bestehenden Ressourcen verlieren. Diese gilt es zu erhalten, auszubauen, um dann Schritt für Schritt Neues zu entwickeln.

**HMS:** Zum Schluss noch zwei persönliche Fragen, die Sie natürlich nicht beantworten müssen...

Warum haben Sie sich für einen Arbeitsplatz im Landesinstitut entschieden; Sie könnten doch auch freiberuflich als Beraterin tätig sein?

**BW:** Ich sehe mich als Teamplayerin und schätze die Multi-professionalität, das Miteinander und den fachlichen Diskurs hier am Landesinstitut. So lerne ich stets dazu und meine Arbeitsqualität profitiert davon.

**HMS:** Was machen Sie, wenn Sie den Blick nach einem Arbeitstag mit vielfältigen Aufgaben und engen Zeitschienen wieder frei für Wesentliches bekommen wollen?

**BW:** Ich verbringe Zeit mit Familie und Freunden. Außerdem backe ich gern oder arbeite im Garten. Dann hat der Kopf mal Pause und man weiß danach, was man geschafft hat.

**HMS:** Danke für das Gespräch!

**Kontakt:**

[birte.walther@li-hamburg.de](mailto:birte.walther@li-hamburg.de)

*Für HMS führte Beate Proll das Gespräch.*

Diesen Artikel gibt es  
nur in der online Ausgabe

## Literaturnachweise und -hinweise sowie Online-Informationen zu Gesundheitsthemen

### Inhalte:

**Achtsamkeit**  
**Gesunde Schule**  
**Gesundheitskompetenz**  
**Kinder- und Jugendgesundheit**  
**Lehrkräftegesundheit**  
**Suchtprävention**

### Achtsamkeit

Altner, N. (2019). Wege zu mehr Achtsamkeit und Mitgefühl in der Schule: Eine Schatzkiste voller Übungen und Spielideen. Hannover: Kallmeyer

Davis, D. M., & Hayes, J. A. (2011). What Are the Benefits of Mindfulness? A Practice Review of Psychotherapy-Related Research. *Psychotherapy*, 48(2), 198-208

Hölzel, B.; Brähler C. (Hrsg.) (2015). Achtsamkeit mitten im Leben. Anwendungsgebiete und wissenschaftliche Perspektiven. München: O.W.Barth

Jensen, H. (2014). Hellwach und ganz bei sich: Achtsamkeit und Empathie in der Schule. Weinheim/Basel: Beltz Verlag

Kaltwasser, V. (2008). Achtsamkeit in der Schule. Stille-Inseln im Unterricht: Entspannung und Konzentration. Weinheim/Basel: Beltz Verlag

Kaltwasser, V. (2016). Praxisbuch Achtsamkeit in der Schule. Weinheim/Basel: Beltz Verlag

Krämer, S. (2019). Wache Schule: Mit Achtsamkeit zu Ruhe und Präsenz. Paderborn: Junfermann

Lyons, K. E., & DeLange, J. (2016). Mindfulness matters in the classroom: The effects of mindfulness training on brain development and behavior in children and adolescents. In K. A. Schonert-Reichl & R. W. Roeser (Eds.), *Handbook of mindfulness in education: Integrating theory and research*

into practice (pp. 271–283). Springer-Verlag Publishing

Ostafin, B.D. (2015). Taming the wild elephant: Mindfulness and its role in overcoming automatic mental processes. In B.D. Ostafin, M.D. Robinson, & B.P. Meier (Eds.), *Handbook of mindfulness and self-regulation*. New York: Springer  
Rechtschaffen, D. (2018). Die achtsame Schule – Praxisbuch: Leicht anwendbare Anleitungen für die Vermittlung von Achtsamkeit. Freiburg: Arbor

Rechtschaffen, D. (2016). Die achtsame Schule: Achtsamkeit als Weg zu mehr Wohlbefinden für Lehrer und Schüler. Freiburg: Arbor

Rupprecht, S. (2015). Achtsamkeit macht Schule. Wiesbaden: Universum Verlag GmbH

Sedlmeier, P. (2016). Die Kraft der Meditation: Was die Wissenschaft darüber weiß. Reinbek bei Hamburg: Rowohlt Polaris

Snel, E. (2013). Stillsitzen wie ein Frosch. Kinderleichte Meditationen für Groß und Klein. München: Goldmann Verlag

### Gesunde Schule

Informationen zur Schüler:innen- und Personalgesundheit des Referats Gesundheit am Landesinstitut für Lehrerbildung und Schulentwicklung  
Abrufbar unter: <https://li.hamburg.de/gesundheits/>

Informationen und Unterrichtsmaterialien der Bundeszentrale für gesundheitliche Aufklärung (BZgA)

Abrufbar unter:  
[www.bzga.de/was-wir-tun/gesundheits-und-schule](http://www.bzga.de/was-wir-tun/gesundheits-und-schule)  
[shop.bzga.de/alle-kategorien/unterrichtsmaterialien](http://shop.bzga.de/alle-kategorien/unterrichtsmaterialien)

Informationen des Fachbereichs Bildungseinrichtungen der

Deutschen Gesetzlichen Unfallkasse (DGUV), Unfallkasse Nordrhein-Westfalen u.a. zum Gesundheitsmanagement, zur gesundheitsförderlichen Schulentwicklung sowie zur psychischen und sozialen Gesundheit

Abrufbar unter:  
<https://dguv.de/fb-bildungseinrichtungen/schulen/index.jsp>

Das Schulportal „Lernen und Gesundheit“ der Deutschen Gesetzlichen Unfallkasse (DGUV) mit Unterrichtsmaterialien

Abrufbar unter:  
<https://www.dguv-lug.de/alle-unterrichtsmaterialien/>

Informationen zur Gesundheitsförderung und Prävention der Kultusministerkonferenz (KMK)

(Abrufbar unter:  
[www.kmk.org/themen/allgemeinbildende-schulen/weitere-unterrichtsinhalte-und-themen/gesundheitserziehung.html](http://www.kmk.org/themen/allgemeinbildende-schulen/weitere-unterrichtsinhalte-und-themen/gesundheitserziehung.html))

### Gesundheitskompetenz

Informationen des Bundesministeriums für Gesundheit (BMG) u.a. zur Definition, bundesweiten Allianz und zur Forschung

Abrufbar unter:  
[www.bundesgesundheitsministerium.de/gesundheitskompetenz.html](http://www.bundesgesundheitsministerium.de/gesundheitskompetenz.html)

Schaeffer, D., Hurrelmann, K., Bauer, U. und Kolpatzik, K. (Hrsg.): Nationaler Aktionsplan Gesundheitskompetenz. Die Gesundheitskompetenz in Deutschland stärken. Berlin: KomPart 2018.

Abrufbar unter:  
<https://www.nap-gesundheitskompetenz.de/>

Hurrelmann, K., Bauer, U., Schaeffer, D.: Strategiepapier #1 zu den Empfehlungen des Nationalen Aktionsplans. Das Erziehungs- und Bildungssystem in die Lage versetzen, die Förderung von Gesundheitskompetenz so früh wie möglich im Lebenslauf zu beginnen. Berlin: Nationaler Aktionsplan Gesundheitskompetenz 2018.

Abrufbar unter:  
<https://www.nap-gesundheitskompetenz.de/aktionsplan/strategiepapiere/>

Landesvereinigung für Gesundheit und Akademie für Sozialmedizin Niedersachsen e.V. (Hrsg.) (2021): Gesundheitskompetenz. Sucht ihr noch oder versteht ihr schon? impulse für Gesundheitsförderung, Heft 113, 4. Quartal Dez. 2021

Abrufbar unter:  
<https://www.gesundheit-nds.de/index.php/medien/impulse>

### Kinder- und Jugendgesundheit

Informationen des Bundesministeriums für Gesundheit (BMG) u.a. zur Prävention von Übergewicht, zu Vorsorgeuntersuchungen und zu ADHS

Abrufbar unter:  
<https://www.bundesgesundheitsministerium.de/themen/praevention/kindergesundheits.html>

Informationen, Materialien und Medien der Bundeszentrale für gesundheitliche Aufklärung (BZgA) für Fachkräfte und Eltern

Abrufbar unter:  
<https://www.bzga.de/was-wir-tun/kinder-und-jugendgesundheits/>  
<https://shop.bzga.de/alle-kategorien/kinder-und-jugendgesundheits/> und <https://www.kindergesundheit-info.de/>

Informationen der Hamburgische Arbeitsgemeinschaft für Gesundheitsförderung (HAG e.V.) zum Arbeitsfeld „Gesund Aufwachsen!“

Abrufbar unter:  
<https://www.hag-gesundheit.de/home>

Information und Beispiele guter Praxis des Kooperationsverbundes Gesundheitliche Chancengleichheit mit dem Schwerpunkt „Sozial benachteiligte Kinder und Jugendliche“

Abrufbar unter:  
<https://www.gesundheitliche-chancengleichheit.de/gesundheitsfoerderung-bei-kindern-und-jugendlichen/>

Informationen des Robert Koch Instituts (RKI) zum gesundheitlichen Status von Kindern und Jugendlichen

Abrufbar unter:  
[https://www.rki.de/DE/Content/Gesundheitsmonitoring/Themen/Kinder\\_und\\_Jugendgesundheit/KiJuGesundheit\\_node.html](https://www.rki.de/DE/Content/Gesundheitsmonitoring/Themen/Kinder_und_Jugendgesundheit/KiJuGesundheit_node.html)

### Lehrkräftegesundheit

Brühl, K. (2015). Die neue Wir-Kultur. Wie Gemeinschaft zum treibenden Faktor einer künftigen Wirtschaft wird. Trendstudie Zukunftsinstitut, Frankfurt

Richter, D. und Hans Anand Pant, H.A. (2016). Lehrerkoope-  
ration in Deutschland. Gütersloh (Abrufbar unter:  
<https://www.bertelsmann-stiftung.de/de/publikationen/publikation/did/lehrerkooperation-in-deutschland>)

Sliwka, A. und Klopsch, B. (2022). Innovative Zeitmodelle  
Zeitfenster für Kooperation von Lehrkräften festlegen.  
(Abrufbar unter:

[https://deutsches-schulportal.de/expertenstimmen/zeitfenster-fuer-kooperation-von-lehrkraeften-festlegen/?utm\\_source=CleverReach+GmbH+%26+Co.+KG&utm\\_medium=email&utm\\_campaign=Newsletter+KW+05%2F2022&utm\\_content=Mailing\\_13326679](https://deutsches-schulportal.de/expertenstimmen/zeitfenster-fuer-kooperation-von-lehrkraeften-festlegen/?utm_source=CleverReach+GmbH+%26+Co.+KG&utm_medium=email&utm_campaign=Newsletter+KW+05%2F2022&utm_content=Mailing_13326679)

vbw – Vereinigung der Bayerischen Wirtschaft (Hrsg.) (2014). Psychische Belastungen und Burnout beim Bildungspersonal. Empfehlungen zur Kompetenz- und Organisationsentwicklung. Gutachten, Münster  
 Abrufbar unter:  
[https://www.aktionsrat-bildung.de/fileadmin/Dokumente/ARB\\_Gutachten\\_Burnout.pdf](https://www.aktionsrat-bildung.de/fileadmin/Dokumente/ARB_Gutachten_Burnout.pdf)

### Präventionsketten

Landesvereinigung für Gesundheit und Akademie für Sozialmedizin Nds. e.V. Landeskoordinierungsstelle „Präventionsketten Niedersachsen“. Handbuch Präventionsketten konkret.

Abrufbar unter:  
[https://www.praeventionsketten-nds.de/archiv/news-einzelmeldung/news/handbuch-praeventionsketten-konkret-erschienen/?tx\\_news\\_pi1%5Bcontroller%5D=News&tx\\_news\\_pi1%5Baction%5D=detail&tx\\_news\\_pi1%5Bday%5D=20&tx\\_news\\_pi1%5Bmonth%5D=4&tx\\_news\\_pi1%5Byear%5D=2022&cHash=a562f39b6de54627f223375ed9a0fcf9](https://www.praeventionsketten-nds.de/archiv/news-einzelmeldung/news/handbuch-praeventionsketten-konkret-erschienen/?tx_news_pi1%5Bcontroller%5D=News&tx_news_pi1%5Baction%5D=detail&tx_news_pi1%5Bday%5D=20&tx_news_pi1%5Bmonth%5D=4&tx_news_pi1%5Byear%5D=2022&cHash=a562f39b6de54627f223375ed9a0fcf9)

Präventionsketten Niedersachsen: Gesund Aufwachsen für alle Kinder! Positionspapier Präventionsketten verankern.  
 Abrufbar unter:  
[https://www.praeventionsketten-nds.de/fileadmin/media/downloads/Positionspapier/Positionspapier\\_Praeventionsketten-verankern.pdf](https://www.praeventionsketten-nds.de/fileadmin/media/downloads/Positionspapier/Positionspapier_Praeventionsketten-verankern.pdf)

### Suchtprävention

Informationen, Unterstützungsangebote und Unterrichtsmaterialien des SuchtpräventionsZentrums (SPZ) am Landesinstitut für Lehrerbildung und Schulentwicklung (LI) u.a. zu Drogen und substanzungebundenen Suchtmitteln, zur Lebenskompetenzstärkung und zum Umgang mit konkreten Situationen

Abrufbar unter: <https://li.hamburg.de/spz/>  
 Baumgärtner, T. und P. Hiller (2019). Epidemiologie des Suchtmittelgebrauchs unter Hamburger Jugendlichen 2004 bis 2018. Basisbericht der Schüler\*innen- und Lehrkräftebefragungen zum Umgang mit Suchtmitteln – SCHULBUS 2018. Teilband Schüler\*innenbefragung. Hamburg: Sucht Hamburg

Landesinstitut für Lehrerbildung und Schulentwicklung. Abteilung Beratung – Vielfalt, Gesundheit und Prävention. SuchtPräventionsZentrum. (Hrsg.) Grünthal, U. und Mitzlaff, H. (2005). Selbstständig werden – eigenständig bleiben“. Ein Unterrichtsprogramm zur Suchtprävention für die Sekundarstufe 1. Hamburg

Landesinstitut für Lehrerbildung und Schulentwicklung. Abteilung Beratung – Vielfalt, Gesundheit und Prävention. SuchtpräventionsZentrum. (Hrsg.) (2018). Digitale Medien: Chancen und Risiken. Ein Lernarrangement für die Jahrgangsstufen 7-10. 3. vollständig überarbeitete Auflage. Hamburg

Landesinstitut für Lehrerbildung und Schulentwicklung. Abteilung Beratung – Vielfalt, Gesundheit und Prävention. SuchtPräventionsZentrum. (Hrsg.) (2018). Drogen und Recht. Legale und illegale Drogen in Schulen. Rechtliche Fragestellungen und Tipps. 5. aktualisierte Version. Hamburg

Landesinstitut für Lehrerbildung und Schulentwicklung. Abteilung Beratung – Vielfalt, Gesundheit und Prävention. SuchtPräventionsZentrum. (Hrsg.) (2019) Suchtprävention Nikotin, Alkohol und Cannabis. Ein Lernarrangement für die Jahrgangsstufen 7-10. 4. vollständig überarbeitete Auflage. Hamburg

Landesinstitut für Lehrerbildung und Schulentwicklung. Abteilung Beratung – Vielfalt, Gesundheit und Prävention. SuchtPräventionsZentrum. (Hrsg.). SUN – Suchtprävention Nachhaltig. Ein Konzept zur Suchtprävention an Schulen“. (Abrufbar unter:  
<https://li.hamburg.de/suchtpraevention-nachhaltig/>)

Wilms, H. und Ellen Wilms, E. (2008). Erwachsen werden. Ein Life-Skills-Programm für Schülerinnen und Schüler der Sekundarstufe 1 zur Förderung der Persönlichkeit, der sozialen Kompetenz und der Gesundheit. 3. Auflage. Bochum: Schürman & Klagges

#### Kontakt:

[beate.proll@li-hamburg.de](mailto:beate.proll@li-hamburg.de)

### Literatur Suchtprävention

Baumgärtner, T. und P. Hiller: Epidemiologie des Suchtmittelgebrauchs unter Hamburger Jugendlichen 2004 bis 2018. Basisbericht der Schüler\*innen- und Lehrkräftebefragungen zum Umgang mit Suchtmitteln – SCHULBUS 2018. Teilband Schüler\*innenbefragung . Hamburg: SuchtHamburg 2019.

„Digitale Medien: Chancen und Risiken. Ein Lernarrangement für die Jahrgangsstufen 7-10“. 3. vollständig überarbeitete Auflage. Hrsg. vom Landesinstitut für Lehrerbildung und Schulentwicklung. Abteilung Beratung – Vielfalt, Gesundheit und Prävention. SuchtpräventionsZentrum. Hamburg 2018

„Drogen und Recht. Legale und illegale Drogen in Schulen. Rechtliche Fragestellungen und Tipps.“ 5. aktualisierte Version. Hrsg. vom Landesinstitut für Lehrerbildung und Schulentwicklung. Abteilung Beratung – Vielfalt, Gesundheit und Prävention. SuchtPräventionsZentrum. Hamburg 2018.

Grünthal, Ute und Hanna Mitzlaff: „Selbstständig werden – eigenständig bleiben“. Ein Unterrichtsprogramm zur Suchtprävention für die Sekundarstufe 1. Hrsg. vom Landesinstitut für Lehrerbildung und Schulentwicklung. Abteilung Beratung – Vielfalt, Gesundheit und Prävention. SuchtPräventionsZentrum. Hamburg 2005.

„JIM-Studie 2021. Jugend, Information, Medien“. Basisuntersuchung zum Medienumgang 12- bis 19-Jähriger. Hrsg. vom Medienpädagogischen Forschungsverbund Südwest. Stuttgart 2021.

„Mediensucht während der Corona-Pandemie. Ergebnisse der Längsschnittstudie von 2019 bis 2021 zu Gaming und Social Media mit dem UKE Hamburg“. Hrsg. von der DAK. Hamburg: 2021.

„Suchtprävention Nikotin, Alkohol und Cannabis. Ein Lernarrangement für die Jahrgangsstufen 7-10“. 4. vollständig überarbeitete Auflage. Hrsg. vom Landesinstitut für Lehrerbildung und Schulentwicklung. Abteilung Beratung – Vielfalt, Gesundheit und Prävention. SuchtPräventionsZentrum. Hamburg 2019.

„SUN – Suchtprävention Nachhaltig. Ein Konzept zur Suchtprävention an Schulen“. Hrsg. vom Landesinstitut für Lehrerbildung und Schulentwicklung. SuchtPräventionsZentrum. <https://li.hamburg.de/suchtpraevention-nachhaltig/> (Abgerufen am 15.04.2022).

„time4you“. Lebenskompetenzen: Kommunikation und Empathie, Gruppenentwicklung, Problemlösestrategien, Stressbewältigung und Selbstwahrnehmung im Unterricht trainieren. Hrsg. vom Landesinstitut für Lehrerbildung und Schulentwicklung. Abteilung Beratung – Vielfalt, Gesundheit und Prävention. SuchtPräventionsZentrum. Hamburg 2021

**HAMBURG**  
**MACHT**  
**SCHULE**



[WWW.HAMBURG.DE/BSB/HAMBURG-MACHT-SCHULE](http://WWW.HAMBURG.DE/BSB/HAMBURG-MACHT-SCHULE)

ISSN 0935-9850