

B I L D U N G S C H W E I Z

ZEITSCHRIFT DES LCH

10 a / 2004

Sonderheft: Schule und Gesundheit

- Jugendliche in der Krise: Was Lehrpersonen tun können
- Im Schuss bis zum Schluss: Gut älter werden im Lehrberuf
- Forschung an Schulen: Was hält Menschen gesund?

fortaplay[®]
Spielgeräte

Fortatech AG • Postfach • 9015 St.Gallen
Telefon +41 71 314 74 74
www.forta.ch

mein Wein meine Natur

« Meine Natur? Das sind hohe Ansprüche an die Dinge des Lebens. Beim Wein sehe ich das sportlich. Die Pflicht ist Sache der Natur, für die Kür ist der Winzer zuständig. Deshalb trinke ich BioWeine. »

*Ted Montana,
Fotograf und Schauspieler*

Fleisch, Milchprodukte und Gemüse aus biologischem Anbau sind stark gefragt. Auch Biowein liegt im Trend, denn zum neuen Lebensstil gehören Genuss, Gesundheit und natürliche Qualität. Immer mehr Weinfreunde genießen regelmässig unsere bekömmlichen Qualitätsweine. Seit 25 Jahren fördern wir Weine aus gesunder Natur und heute ist Delinat das bedeutendste Bioweinhaus der Schweiz. Das Delinat-Qualitätszeichen erhielt vom WWF die höchste Bewertung «***sehr empfehlenswert».

Entdecken auch Sie die Weine aus gesunder Natur!

DELINAT
Wein aus
gesunder Natur

Vorteils-Gutschein

Ja, ich möchte diesen besonderen Chianti von Delinat kennen lernen. Ich profitiere vom Vorzugspreis von **Fr. 10.- statt 14.80, portofrei**. Zusätzlich erhalte ich **gratis** den wertvollen Weinratgeber «Wein erleben» im Wert von Fr. 9.50 **als Geschenk**. Artikel Nr. 9135.50

Wertvoller Weinratgeber mit den nützlichsten Tipps rund um Wein – so macht Weintrinken erst richtig Spass!

Angebot gültig bis 30.11.04 oder solange Vorrat.

Ihr Geschenk!

Name/Vorname _____

Strasse / Nr. _____

PLZ / Ort _____

Telefon _____

E-Mail _____

Geburtsdatum*	TT	MM	JJ	589.897
---------------	----	----	----	---------

Bitte einsenden an: Delinat Kundenservice,
Marian Truniger, Kirchstrasse 10, 9326 Horn.
Oder bestellen Sie per Telefon unter
071 227 63 00 oder per Fax 071 227 63 01

*Keine Weinlieferung an Personen unter 18 Jahren

nur
Fr. 10.-
statt Fr. 14.80
Portofrei

**Chianti
DARNO
+ Geschenk**

**DARNO
Chianti DOCG 2003**

Nur die besten Fässer wurden für diesen Wein ausgewählt! Der Darno vereint Chianti-Tradition mit neuen Ideen in Rebberg und Keller. So entsteht ein würzig-frischer Wein. Harmoniert mit Fleischgerichten, Pasta und vielem mehr.

Delinat-Listenpreis: Fr.14.80

Guten Schultag!

«Fünf Minuten für ein Bild» hiess eine Rubrik, die vor vielen Jahren im Wochenendmagazin des «Tages-Anzeigers» erschien. Die Redaktion legte prominenten und weniger prominenten Zeitgenossen eine Fotografie vor und bat sie, diese während fünf Minuten zu betrachten und zu beschreiben, was ihnen dabei durch den Kopf ging. Wann habe ich, wann haben Sie zum letzten Mal fünf ungestörte Minuten oder mehr für ein Bild aufgewendet? Von mir weiss ich es: Das Titelbild dieser Ausgabe von BILDUNG SCHWEIZ liegt vor mir auf dem Schreibtisch und lässt mich nicht mehr los.

Natürlich ist das Bild gestellt. Unser Fotograf Tommy Furrer suchte sich für das Thema «Älter werden im Lehrberuf» (Berichte ab Seite 22) zwei Amateurmodelle und machte mit ihnen einige Dutzend Aufnahmen. Etliche davon sind sehr gut gelungen, aber in keiner anderen «knistert» es wie hier – so, dass das Gestellte der Szene völlig vom Bild und von den Abgebildeten abfällt (jedenfalls in unseren Redaktions-Augen).

Zwei Menschen, Schüler und Lehrer, nehmen wir an, stehen oder sitzen sich mit geschlossenen Lippen gegenüber. Schauen sie einander in die Augen? Vielleicht. Kann aber auch sein, dass nur der Ältere versucht, den Blick des Jüngeren einzufangen, um ihm klarzumachen: Jetzt gilt es ernst. Einer von beiden hat die Begegnung herbeigeführt (nicht schwer zu erraten, wer). Die Gesichter sind so nahe beisammen, dass es kein Zufall sein kann, und doch zeigt das Bild Distanz. Ist sie überwindbar? Sie sind keine Feinde; ich glaube das an den Gesichtern ablesen zu können – glaube sensible, kluge Köpfe zu sehen. Die zwei werden vielleicht einmal Freunde. Aber jetzt und hier hat eine Entfremdung stattgefunden, Verständigung ist schwierig. Gleich wird das Gespräch beginnen. Wir hoffen, es werde eines sein, und nicht etwa ein Monolog. Klar scheint mir, dass diese Begegnung für die Gesundheit beider Teile wichtig ist. Denn nicht nur Lehrer, sondern auch Schüler sein ist ein schwerer Beruf.

Vielleicht ist aber auch alles ganz anders. Haben Sie fünf Minuten für ein Bild? Schreiben Sie uns, was Sie sehen.

Unsere freie Mitarbeiterin Madlen Blösch, die nun zum dritten Mal Redaktion und Koordination des BILDUNG SCHWEIZ-Sonderhefts zum Thema Gesundheit besorgte, hat vor einigen Wochen den Journalistenpreis des Pharma-Unternehmens Pfizer erhalten. Ausgezeichnet wurde sie für den Artikel «Die Jugendlichen leben wie unter einer Käseglocke», der das Kiffen als Schulproblem behandelte (BILDUNG SCHWEIZ 3/2003). Wir freuen uns und gratulieren.

Heinz Weber

Inhalt

Aktuell

- 4 Voll flockig – Workshops zur Ernährung
- 4 Nachrichten
- 6 «Kompetenzzentrum Schulklima» an der Pädagogischen Hochschule Zentralschweiz
- 14 «Max.Money» – gegen die Schuldenseuche
- 16 «Rapzeste» und viel Bewegung

Psychologie

- 9 Schülerinnen und Schüler in der Krise
- 11 Psychopharmaka – heilsam oder gefährlich?
- 13 Stress – Schlaglichter auf ein Thema

Gesundheit im Lehrberuf

- 19 Gesucht 100 Lehrerinnen und Lehrer, die gesund bleiben wollen
- 22 Niemand muss den Helden spielen
- 25 «Ohne feu sacré geht es nicht» – Interviews
- 26 Suchtprobleme sind Chefsache

Bildung und Entwicklung

- 27 Aids in Afrika – und was uns das angeht

Rubriken

- 18 LCH MehrWert
- 29 Bildungsmarkt
- 29 Impressum
- 31 Vorschau

Rufnummer

- 31 Ein König im Garten

Titelbild: Begegnung und Auseinandersetzung der Generationen

Alle Fotos in dieser Ausgabe, sofern nicht anders bezeichnet, stammen von Tommy Furrer

Jugend & Technik Handy greift um sich

Eine kürzlich publizierte SRG-Studie zeigt auf, dass die 7- bis 14-jährigen Schweizer immer mehr eigene Geräte in ihren Zimmern stehen haben. 81 Prozent haben Zugang zu mindestens einem elterlichen PC. In jedem fünften Kinderzimmer steht bereits – ganz im Zeichen der ersten Netzwerk-Generation – ein eigener PC, neben Radio und Gameboy.

Der SRG-Forschungsdienst befragte – zum ersten Mal in der Schweiz – 499 Eltern über den Medienkonsum ihrer Kinder. 17 Prozent der 7- bis 14-jährigen Mädchen besitzen ein Handy, bei den Knaben sind es 11 Prozent. Demzufolge sendet jedes siebte Kind inzwischen seine SMS vom eigenen Handy aus.

TV & Videospiele Entziehungskur

Seit Frühjahr 2003 sind im Wichernhaus in Boltenhagen an der Ostsee kaum mehr Asthmatiker und Allergiker oder Kinder mit Essstörungen anzutreffen. Das 60 Plätze umfassende Kinderkurhaus, in den 50er-Jahren für Kriegswaisen eingerichtet, beherbergt neuerdings immer mehr Kinder, die ihren Spiel- und TV- sowie Videokonsum nicht mehr im Griff haben. Inzwischen nehmen 25 bis 30 Prozent der dort angemeldeten Kinder dieses Therapieangebot in Anspruch.

Die vier Wochen dauernde Kur umfasst körperliche Fitness (Laufen am Strand, Spielen im Freien, Sauna), Gruppenaktivitäten (Theaterspiel, Pflanzen), Autogenes Training, Ernährungsberatung sowie Einzel- und Gruppengespräche. In der vierten Woche schliesslich werden auch die Eltern miteinbezogen mit dem Ziel, auch ihre TV- und Videogewohnheiten

zu überdenken. Info: www.wichernhaus.m-vp.de

Kinder & Ernährung Znüni-Abc

Pausenverpflegung von Kindern ist ein Dauerthema für Eltern und Erziehungsfachleute. Das Znüni soll nicht nur schmackhaft sein, sondern auch gesund. Oft ist das aber gar nicht nach dem Geschmack der Kinder: Sie konsumieren in der Pause lieber Süssigkeiten und Eistee. Die Schweizer Milchproduzenten SMP bieten zu diesem Thema drei Gratisbroschüren an:

- Unser Znüni-Abc. Gute Ideen für Frühstück und Zwischenverpflegung
- Gesunde Znüni im Kindergarten und in der Schule
- Michis liebste Znüni und Zvieri

Die Broschüre «Gesunde Znüni im Kindergarten und in der Schule» bietet Eltern und Erziehungsfachleuten Hilfestellung für dieses Problem. Darüber hinaus finden sich darin viele Tipps nicht nur zur gesunden Pausenverpflegung, sondern auch zum Trinken, zur Bewegung, zum Ablauf der Pause oder zum Umgang mit Süssigkeiten.

Zu beziehen bei: Schweizer Milchproduzenten SMP, Weststrasse 10, 3000 Bern 6, Telefon 031 359 057 28, Fax 031 359 58 55 www.swissmilk.ch

Herz & Schmerz Zentralorgan

Die Sonderausstellung «Herz» im Zürcher «Kulturama – Museum des Menschen» beleuchtet vom 6. Oktober 2004 bis 6. Februar 2005 diverse spannende Themen rund ums Herz: Gesundheit, Anatomie und Leistung des Herzens, das Herz als Symbol, das Herz in Geschichte und Literatur... Zu bestaunen ist unter anderem eines der grössten Herzen der Welt, das Herz eines Wals. Information: www.kulturama.ch



Cool Kids: Ernährungsgewohnheiten sind mitentscheidend für den Schulerfolg.

Voll flockig

Mühlerama-Workshops rund ums Müesli und die Ernährung

Im Rahmen der Mühlerama-Ausstellung «voll flockig. Das Müesli – von Bircher-Benner bis Functional Food» wird ein Workshop für Schulklassen der 2. bis 6. Klasse (Unter- und Mittelstufe) angeboten. Der Workshop ist eine «Reise ins Schlaraffenland», wo einem die rotbackigen Äpfel direkt in den Mund wachsen. Serviert werden süsse Früchte und weitere Herrlichkeiten, die beschnuppert, gekostet und genossen werden können. Doch Achtung: Manche Köstlichkeiten sind gefährlich! Sie schmecken wunderbar, verführen einen aber auf heimtückische Weise.

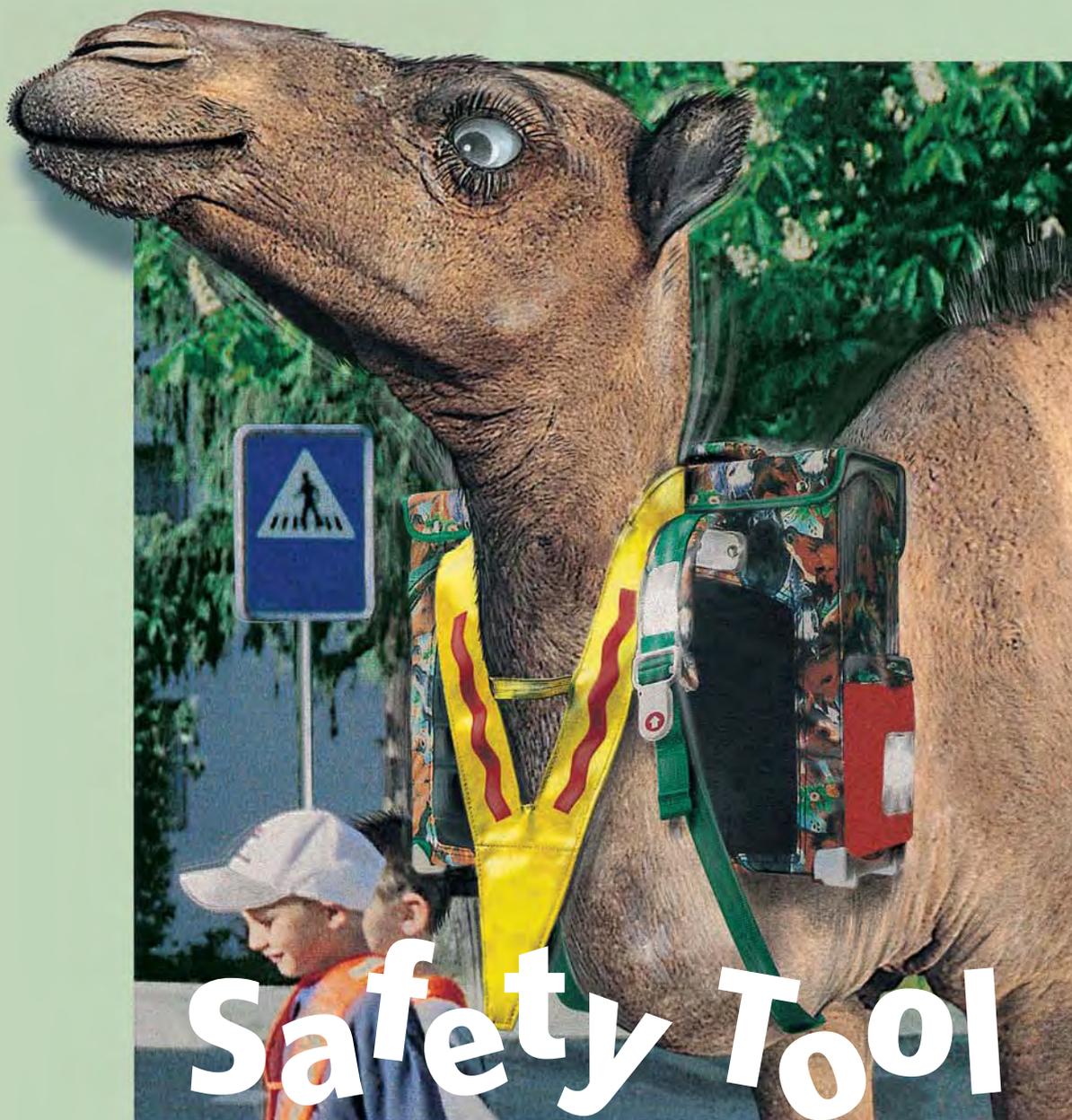
Die Reise führt weiter – in einen Menschenmagen. Mit einem Bissen Essen rutschen die Besucher den Hals hinunter und landen im Magen, wo es hoch zu und her geht. Auch gespielt wird, allerdings erst nach dem Essen,

welches mit dem Mühlevelo, auf der Rutschbahn oder als «Sackgumper» wieder abgearbeitet werden muss.

Nächste Station ist das Zmorgenland, wo nur gefrühstückt wird. Hier werden die Unterschiede deutlich, wie der Tag begonnen wird. Zum Schluss der Reise gibts ein Birchermüesli, das nicht nur fein zu essen ist, sondern auch noch Spass macht beim Zubereiten.

Die Sonderausstellung im Zürcher Mühlemuseum in der Mühle Tiefenbrunnen dauert noch bis 30. Januar 2005. Die Kosten für den dreistündigen Workshop betragen Fr. 150.–. Anmeldung: Mühlerama, Seefeldstrasse 231, 8008 Zürich, Telefon 01 422 76 60 (Di, Mi, Fr Nachm.), Fax 01 422 89 22, info@muehlerama.ch www.muehlerama.ch

mbl.



Safety Tool

Unterrichtsblätter «14 mal tierisch gut!»

www.safetytool.ch

Das bfu-Programm «Safety Tool» enthält Unterrichtsblätter zur Sicherheitsförderung mit kopierfähigen Texten, Checklisten und Grafiken zu wiederkehrenden Themen aus dem Schulalltag!

«Gesundheitsförderung ist ein langfristiger kontinuierlicher Prozess»

Das neue «Kompetenzzentrum Schulklima» der Pädagogischen Hochschule Zentralschweiz Luzern will das vorhandene Wissen bündeln und die Forschung koordinieren.



Foto: Tommy Furrer

**Was ist im Glas?
«Gesunde Schulen» können viel bewirken.**

Im Kompetenzzentrum Schulklima, angegliedert der PHZ, Abteilung Weiter- und Zusatzausbildungen, hat Geschäftsführer Titus Bürgisser am 9. August 2004 seine Arbeit aufgenommen, die er im Gespräch mit BILDUNG SCHWEIZ umschreibt.

BILDUNG SCHWEIZ: In welcher Phase steht das Kompetenzzentrum Schulklima.

Titus Bürgisser: Grundlage für das Kompetenzzentrum im Rahmen von «Bildung und Gesundheit – Netzwerk Schweiz» ist ein Vertrag mit dem Bundesamt für Gesundheit. Vertragspartner sind der Praxisforschungsverbund und die PHZ. Dieser Verbund besteht aus Fachstellen aus 18 Kantonen, welche Strukturbildung und Qualifizierung für Schlüsselpersonen

in Gesundheitsförderung in der Schule seit Jahren umsetzen. Nach einer Skizzierungs- und einer Konzeptphase befindet sich das Kompetenzzentrum Schulklima in der Aufbauphase. Diese dauert von November 2003 bis April 2006.

Wo sehen Sie Prioritäten?

Folgende Hauptziele sind festgelegt worden:

- a) Bestehende Modelle der Qualifizierung von Schlüsselpersonen für die Gesundheitsfördernde Schule fördern, weiterentwickeln und deren Qualität verbessern.
- b) Bewährte Modelle implementieren und neue Modelle entwickeln.
- c) Den Aufbau und die Verankerung der für die Gesundheitsförderung an

Schulen notwendigen Strukturen unterstützen und fördern.

- d) Ressourcen interkantonal nutzen und Synergien bilden.
- e) Know-how der verschiedenen Institutionen und Fachstellen bündeln, die sich der Philosophie Qualifizierung von Schlüsselpersonen und Strukturbildung an den Schulen verpflichten.
- f) Forschung und Evaluation im Bereich Gesundheitsförderung und Schulklima als Teil der Schulentwicklung fördern.

Im Moment geht es darum, eine Bestandesaufnahme zu machen, mit den Fachstellen im Praxisforschungsverbund Kontakt aufzunehmen und Erwartungen zu klären. Erst

dann ist es sinnvoll, Prioritäten festzulegen. Da die einzelnen Kantone sehr unterschiedliche Voraussetzungen und Erwartungen haben, ist dies eine grosse Herausforderung. Wichtig wird sicher die Bündelung von Wissen sein, sowie eine koordinierte Forschung in Schulen, die denselben Ansatz verfolgen. Das Ziel a) wird seit einigen Jahren in vielen Kantonen umgesetzt. Die beteiligten Fachstellen setzen sich seit langem für Strukturbildung auf kantonaler Ebene ein und bieten Weiterbildungen an. Hier wird es darum gehen, Qualitätsstandards zu entwickeln und Weiterbildungen auszubauen. Bereits jetzt läuft in vielen Kantonen ein Ausbau der Kurse hin zu Nachdiplomkursen.

Wann können in einzelnen Schuleinheiten erste Früchte geerntet werden?

Das Kompetenzzentrum ist zwar neu. Der Ansatz wird aber von den beteiligten Fachstellen schon seit Jahren umgesetzt. Sowohl Struktur- bildung wie auch Weiterbil- dungen, welche Lehrperso- nen und Schulen das Know- how für Gesundheitsförde- rung vermitteln, existieren seit Jahren. So können die Früchte in vielen Deutsch- schweizer Kantonen und an konkreten Schulen schon lange geerntet werden.

Eindrückliche Früchte kön- nen sicher in der Stadt Bern gezeigt werden. Hier haben Ge- sundheitsteams seit über zehn Jahren die beschriebenen Ziel- setzungen konsequent ver- folgt und die Wirkungen er- forscht (vgl. «Weiter im Text»).

Man weiss von einigen Gesundheitsförderungsprojekten, dass sie kaum politi- sche Unterstützung erfahren. Haben Sie ein «Rezept», wie das zu erreichen ist?

Das Bundesamt für Gesund- heit und die EDK setzen mit dem Programm «Bildung + Gesundheit – Netzwerk Schweiz» auf nationaler Ebene auch einen politi- schen Schwerpunkt und leis- ten grosse Unterstützung. Auf kantonaler Ebene haben viele Fachstellen Konzepte zur Umsetzung der Gesund- heitsförderung in Schulen entwickelt. Damit dies poli- tisch Wirkung hat, müssen Konzepte in enger Zusam- menarbeit mit kantonalen Bildungs- und Gesundheits- direktionen auf höchster Ebene verankert werden.

Ein gutes Beispiel ist sicher das «Konzept Gesundheits- förderung und Prävention an Zuger Schulen», welches nun von einigen Zentralschwei- zer Kantonen übernommen wird. Die Gesundheitsteams an Stadtberner Schulen sind nur dank politischer Unter- stützung möglich. Die Erfah- rungen zeigen, dass dieser

Ansatz wirkungsvoll sein kann. Auch aus anderen Kantonen gibt es entspre- chende Beispiele.

Auf den Ebenen Gemeinde oder einzelne Schule liegt das Geheimnis darin, für Gesundheitsförderung Auf- träge mit der Schulleitung oder der Schulbehörde aus- zuhandeln und das Ganze in den beteiligten Kollegien vorher breit abzustützen. Das Rezept heisst: Kontakt auf- nehmen, informieren, über- zeugen, gute Strukturen und Grundlagen schaffen und dann längerfristig Ziele set- zen und mit guten Projekten umsetzen.

Sensibilisierung für gesund- heitliche Themen ist im All- gemeinen vorhanden: Ge- walt, Vandalismus, Mobbing, Sucht, psychische Probleme von SchülerInnen und Lehr- personen etc. beschäftigen Schule und Politik. Wichtig ist aber die Überzeugungsar- beit, dass Gesundheitsförde- rung ein langfristiger konti- nuierlicher Prozess ist und die gesetzten Ziele nicht mit punktuellen Einzelaktionen zu erreichen sind. Das braucht Know-how in Ge- sundheitsförderung und in Projektmanagement. Und es braucht Strukturen in den Schulen: Einen Auftrag, eine ständige Arbeitsgruppe, Stun- denentlastung mehrjährige Zielsetzungen und einen Handlungsplan.

In diesen Schritten werden die Schulen durch unsere Ausbildungen und die Fach- stellen unterstützt. Ausser- dem können sie sich am «Schweizerischen Netzwerk Gesundheitsfördernder Schulen» beteiligen, einem anderen Kompetenzzen- trum, getragen von Radix Gesundheitsförderung.

Was hat Sie persönlich an dieser Aufgabe gereizt?

Als ausgebildeter Sekundar- lehrer und Transaktionsana- lytiker im Bereich Pädagogik/ Erwachsenenbildung habe ich die letzten neun Jahre auf der

Suchtpräventions- und Ge- sundheitsförderungsstelle im Kanton Zug intensiv mit Schulen zusammengearbeitet. Unter anderem habe ich auch an der zentralschweizerischen Ausbildung für Kontaktlehr- personen für Gesundheitsför- derung mitgearbeitet. So hat mich die Aufgabe gereizt, in diesem spannenden Feld eini- ges bewirken zu können. Aus- serdem ist das Kompetenzzentrum als Teil der Pädago- gischen Hochschule Zentralschweiz zentral in der Bil- dungslandschaft verankert. Das ist ein gutes Umfeld.

Interview: Madlen Blösch

Weiter im Netz

titus.buergisser@phz.ch
www.lwb.luzern.phz.ch
www.zug.ch/gesundheits-foerderung
www.gesunde-schulen.ch
www.bildungundgesund-heit.ch

Weiter im Text

- Jean-Claude Vuille, Maria Ines Carvajal, Fabiana Casaulta, Maya Schenkel: «Die gesunde Schule im Umbruch – Wie eine Stadt ver- sucht, eine Idee umzusetzen und was die Menschen davon spüren», Verlag Rüe- ger, Zürich/Chur, 2004, 263 Seiten (brosch.), Fr. 45.–
- Emilie Achermann, Benno Gassman, Madlen Blösch, Charlotte Strub: «Gesunde Schule konkret – Eine Struk- tur für Gesundheitsfördernde Schulen», Pestalozzia- num Verlag, Zürich, 2004, 218 Seiten, Fr. 39.



Foto: ZVg.

Titus Bürgisser, Geschäftsführer des Kompetenzzentrums Schulklima an der Pädagogischen Hochschule Zentralschweiz.

Was, wann, wo?

Impulstagung in Luzern

Am 11. Dezember findet in Lu- zern die jährliche, öffentliche Impulstagung des Schweizerischen Netzwerks gesundheitsför- dernder Schulen statt. Thema: «Die Gesundheitsfördernde Schule und die gute Schule – Miteinander, Nebeneinander, Implikationen, Differenzen und Mehrwert». Impliziert die gute Schule die Förderung der Gesundheit aller Schulbeteilig- ten? Gibt es unterschiedliche Qualitätsmerkmale der Gesund- heitsfördernden Schule und der guten Schule? Eignet sich der Settingansatz zur Entwicklung der guten Schule? Es ist die Frage nach dem Huhn und dem Ei – Zu einer guten Schule durch Gesundheitsförderung oder zu einer gesundheitsfördernden Schule durch die gute Schule? Samstag, 11.12.04, 9.30–16.15 Uhr, Schulzentrum Bahnhof. Weitere Informationen unter www.gesunde-schulen.ch

Sucht beginnt im All- tag – Prävention auch

Die Stellen für Suchtprävention im Kanton Zürich lancieren die Kampagne «Sucht beginnt im Alltag. Prävention auch». Sie wird finanziert von der Gesund- heitsdirektion des Kantons Zü- rich und vom Institut für Sozial- und Präventivmedizin getragen. In der Gratis-Broschüre «Wenn Jugendliche rauchen, kiffen oder trinken» finden Eltern, Lehrperso- nen und Lehrmeister Zahlen und Fakten über die Wirkung und gesetzliche Bestimmungen zum Tabak-, Cannabis- und Alkoholkonsum von Jugendli- chen. Was bei Verdacht zu tun ist, darüber können sich Eltern und Lehrpersonen ebenfalls ge- nau informieren. Bezugsadresse (auch von Postkarten und Plaka- ten):

Präventionskampagne «Sucht beginnt im Alltag», Büro-Job Uster, Industriestrasse 3, 8610 Uster, Telefon 01 634 46 29
praev.gf@ifspm.unizh.ch
www.suchtpraevention-zh.ch

FACHHOCHSCHULE
ZENTRALSCHWEIZ

HSA

HOCHSCHULE FÜR
SOZIALLE ARBEIT
LUZERN

WDF INSTITUT
WEITERBILDUNG
DIENSTLEISTUNGEN
FORSCHUNG

Sexualität in Pädagogik und Beratung

Ein Nachdiplomkurs in Kooperation mit der CURAVIVA hsl Luzern und in Zusammenarbeit mit dem Institut für Sexualpädagogik ISP in Dortmund.

Nächste Durchführung: April 2005 bis Juni 2006

Weitere Informationen unter www.hsa.fhz.ch oder bei HSA Luzern, Elsbeth Ingold Tel. 041 367 48 33, Mail: eingold@hsa.fhz.ch

HSA Luzern: Entwickeln Sie sich weiter

Schülerzentrierter Unterricht – Personenzentrierte Beratung

Nach Carl Rogers

Zwei Einführungskurse

A: 4. bis 6.03.05 und 23.3.05 nachmittags

B: 2. und 23.04.05 und 8.06.05 nachmittags

Leitung, Auskunft, Anmeldung

Hj. Donatsch, Sek.L. Berater donatsch@goldnet.ch

auf der Hürnen 33b, 8706 Meilen Tel. 01 923 32 37

M. Gutberlet, Dipl.-Psych. mgut@active.ch



Schule für Angewandte Linguistik

Höhere Fachschule für Sprachberufe
Staatlich anerkannte Diplome für

JOURNALISMUS SPRACHUNTERRICHT ÜBERSETZEN

Berufsbegleitende Aus- und Weiterbildung, Nachdiplome, Unternehmenskommunikation
Flexibilität durch individuelle
Stundenplangestaltung

Semesterdauer:
Oktober - Februar, März - Juli

Intensivkurse:
August - September

SAL
Schule für Angewandte Linguistik
Sonneggstrasse 82, 8006 Zürich

Tel. 01 361 75 55, Fax 01 362 46 66
E-Mail: info@sal.ch, www.sal.ch

Die SAL ist **EDUQUA** zertifiziert

HfH

Interkantonale Hochschule für Heilpädagogik Zürich

Informationen über die Ausbildungen an der HfH

Schulische Heilpädagogik - Mittwoch, 3. November 2004, 15.00 Uhr – 18.30 Uhr

Dreijährige, berufsbegleitende Ausbildung mit den Schwerpunkten: Pädagogik bei Schulschwierigkeiten, Pädagogik für Menschen mit geistiger Behinderung, Pädagogik für Schwerhörige und Gehörlose, Pädagogik für Sehbehinderte und Blinde, Pädagogik für Menschen mit Körperbehinderung, Heilpädagogische

Früherziehung (als Ergänzungsstudium), **Zweijährige Vollzeitausbildung mit Schwerpunkt Pädagogik bei Schulschwierigkeiten.** Einzelne Module werden auch als Weiterbildung angeboten.

Die Ausbildungen werden zentral in Zürich (1 Tag/Semesterwoche sowie 3 Blockwo-

chen/Jahr) und regional vernetzt (28 flexible Tage/Jahr) unter Einbezug von Informationstechnologien durchgeführt. Zur Ausbildung zugelassen werden: Personen mit staatlich anerkanntem Lehrdiplom für die Vorschulstufe oder Volksschulstufe; Personen mit akademischem Abschluss in Erziehungswissenschaften.

Logopädie / Psychomotoriktherapie - Mittwoch, 17. November 2004, 15.00 Uhr – 18.30 Uhr

Zur **dreijährigen Vollzeitausbildung** zugelassen werden:
Personen mit staatlich anerkanntem Lehrdi-

plom für die Vorschulstufe oder Volksschulstufe, kantonale anerkanntem gymnasialem Maturitätsausweis oder mit akademischem

Abschluss in Erziehungswissenschaften; einjähriges Praktikum. Die Ausbildungen werden zentral in Zürich durchgeführt.

Es finden **zusätzlich** zwei **Orientierungen** statt:

Mittwoch, 10. November 2004, 16.00 Uhr - 17.30 Uhr – Austausch mit den Arbeitgebenden
Mittwoch, 24. November 2004, 18.00 Uhr - 19.30 Uhr – für Maturi und weitere Interessierte

Alle Veranstaltungen finden statt an der

Hochschule für Heilpädagogik, Schaffhauserstrasse 239, 8057 Zürich

Tram 10, 14 ab HB oder Bahnhof Oerlikon bis Berninaplatz.

Eine Anmeldung für den Besuch der Informationsveranstaltungen ist nicht erforderlich.

Weitere Auskünfte erhalten Sie unter:

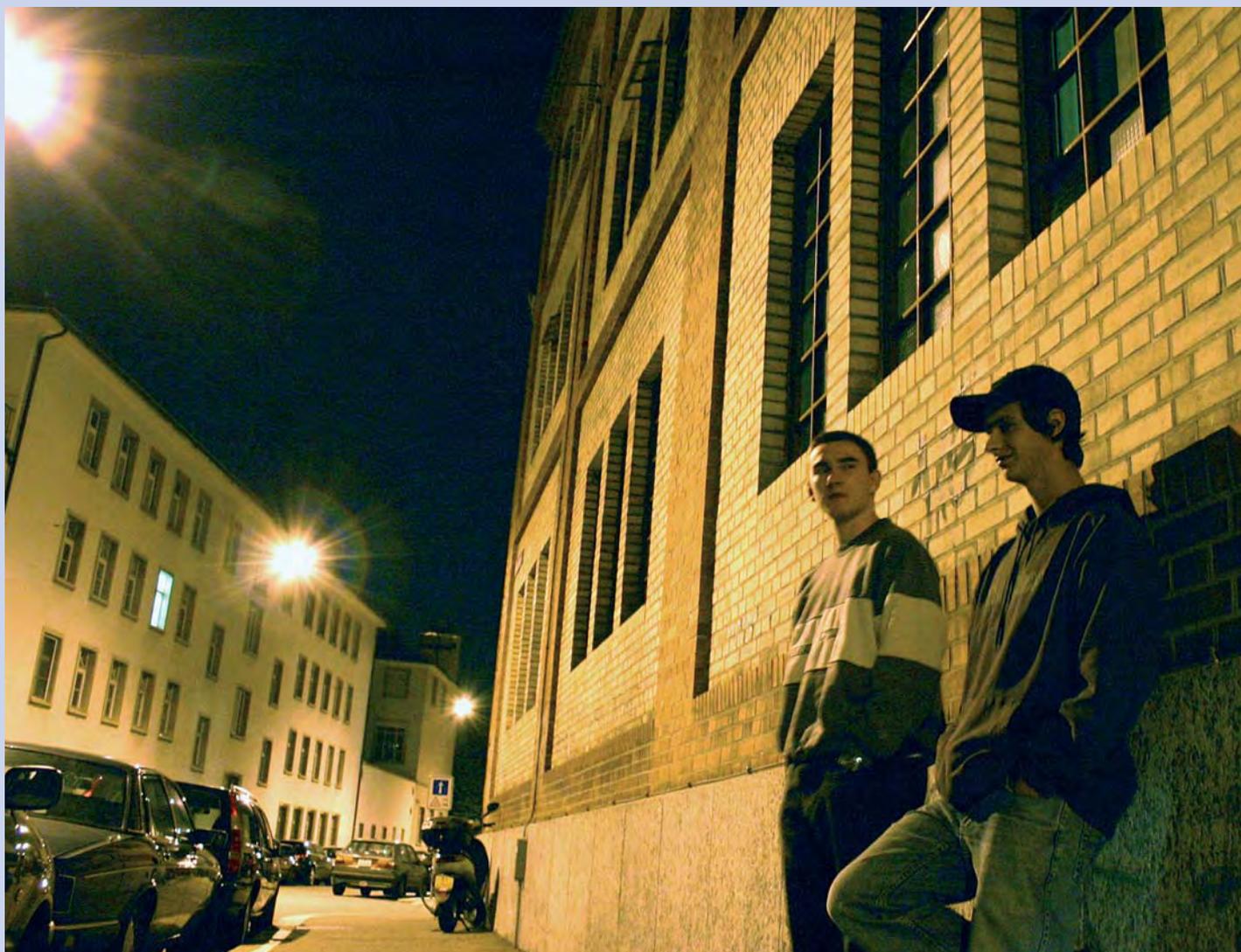
Tel. 01 317 11 41/42; lehrberufe@hfh.ch (Schulische Heilpädagogik)

Tel. 01 317 11 61/62; therapeutischeberufe@hfh.ch (Logopädie, Psychomotoriktherapie)

Informationen zu den neuen Studiengängen sowie zum Weiterbildungsprogramm mit Kursen und Zusatzausbildungen finden Sie unter www.hfh.ch.

Schülerinnen und Schüler in der Krise

Im Schulalltag sind Lehrkräfte immer wieder mit Kindern und Jugendlichen mit psychischen Problemen konfrontiert. Rund ein Fünftel der Heranwachsenden in der Schweiz zeigt gemäss einer Untersuchung psychische Auffälligkeiten. Ein Teil der Betroffenen benötigt fachkundige Hilfe.



Fotos: Tommy Furrer

Jeder und jede fünfte Jugendliche kämpft mit psychischen Problemen. Zu oft wird darüber geschwiegen.

«Eine Schülerin berichtete mir beiläufig, dass sie auf dem Schulweg beinahe einen Unfall gehabt habe», erzählt Susanne Oertle. «Als ich nachfragte, was denn genau passiert sei, stellte sich heraus, dass das Mädchen absichtlich vom Velostreifen auf die Autospur gefahren ist.»

Gleich zu Beginn ihrer Berufstätigkeit wurde die Lehrerin an der Mädchen-sekundarschule St. Katharina in Wil mit den psychischen Schwierigkeiten einer Schülerin konfrontiert. Seither hat sie verschiedene weitere Erfahrungen mit weiblichen Teenagern in seelischen Nöten gesammelt.

Adrian Zeller

Gemäss Untersuchungen des Jugend-psychiatrischen Dienstes des Kantons Zürich zeigt in der Schweiz rund ein Fünftel der Heranwachsenden psychische Auffälligkeiten. Ein Teil der Betroffenen benötigt fachkundige Hilfe.

Verantwortung teilen

Selten offenbaren die Heranwachsenden gemäss den Erfahrungen von Susanne Oertle ihre psychischen Probleme direkt. «Es ist meistens so, dass die Schülerinnen scheinbar beiläufig eine Bemerkung machen, bei der es schwer abzuschätzen ist, wie ernst die Situation

wirklich ist.» Bei jenem Mädchen, das einen Beinahe-Autounfall provoziert hatte, habe sie sich Zeit genommen, um mit ihr ein vertieftes Gespräch zu führen. Es zeigte sich, dass sich die Schülerin schon seit längerem mit dem Thema Suizid beschäftigte. «Ich erklärte ihr, dass ich die Verantwortung für ihre Situation nicht alleine tragen könne.» Gemeinsam suchten die beiden daher die Praxis einer Psychotherapeutin auf, die der Schule bei derartigen Problemen als Anlaufstelle zur Verfügung steht. In weiteren Schritten informierte Susanne Oertle mit dem Einverständnis der Schülerin auch die Schulleitung und die Eltern über die Situation.

Familieninternes gilt als tabu

«Wenn ein Mädchen mit Selbstmordgedanken kommt, ist der Druck für die Lehrperson enorm», so die Sekundarlehrerin. «Ich war froh, dass ich damals die Verantwortung nicht alleine tragen musste.» Schülerin und Lehrerin besuchten die ersten drei Therapiesitzungen gemeinsam. Dabei zeigte sich, dass das psychische Tief seine Ursache in familiären Problemen hatte. «Vordergründig reagierten die Eltern im Gespräch sehr verständnisvoll.» Gemäss den Rückmeldungen des Mädchens wurde sie jedoch nach der Unterredung von den Eltern getadelt, weil sie Familieninternes nach aussen getragen hatte.

Im weiteren Behandlungsverlauf wurde entschieden, dass die Psychologin mit der Schülerin alleine weiterarbeitet und der Lehrerin von Zeit zu Zeit allgemein gehaltene Auskünfte über die Fortschritte erteilt; das betroffene Mädchen muss-

te jeweils der Weitergabe der Informationen zustimmen. «Ich fragte gelegentlich auch die Schülerin, wie es ihr gehe.» Die vermehrte Zuwendung löste bei den anderen Schülerinnen Neid und auch Fragen aus. Als sie jedoch von der Lehrerin über die spezielle Situation ihrer Mitschülerin informiert wurden, zeigten sie Verständnis.

Fachpersonen geben Sicherheit

Was würde Susanne Oertle anderen Lehrpersonen raten, die mit seelischen Notlagen von Schülerinnen und Schülern konfrontiert werden? «Möglichst sofort die Verantwortung mit jemand anderem teilen.» Lehrerinnen und Lehrer seien nicht dazu ausgebildet, mit derartigen Situationen alleine fertig zu werden. «Ich finde es wichtig, dass jedes Schulhaus eine Fachperson hat, die man bei Bedarf jederzeit ansprechen kann.» Das Wissen um diese

Unterstützung gebe einem als Lehrperson eine grosse Sicherheit.

Die Wiler Pädagogin machte im Umgang mit Jugendlichen in der Krise mit der Verwendung von Ich-Botschaften gute Erfahrungen. Besser als «Dein ständig bedrücktes Gesicht irritiert mich», sei die Formulierung «Ich mache mir Sorgen um dich. Ich habe den Eindruck, dass es dir nicht gut geht. Willst du mit mir darüber sprechen?» Wenn es ihr nicht gelinge, an das Kind heranzukommen, bitte sie eine Kollegin oder einen Kollegen, es zu versuchen. Weil die Eltern in solche Prozesse einbezogen werden müssen, wende sie sich in einem zweiten Schritt – unter Einbezug der Schülerin – an diese. «Wenn man in solchen Situationen nicht mit der nötigen Sorgfalt handelt, kann man das Vertrauen der Schülerin verlieren.»

Kein Therapie-Erfolg ohne Vertrauen

BILDUNG SCHWEIZ hat Leo Gehrig, Fachpsychologe FSP, Berater für Jugendliche und Lehrpersonen sowie Dozent in der Primarlehrerausbildung, zu den Auswirkungen von Therapien befragt.

BILDUNG SCHWEIZ: Herr Gehrig, kann es Auswirkungen auf das Sozialverhalten und die schulische Leistungsfähigkeit haben, wenn sich ein Kind oder ein Jugendlicher in einer psychologischen Behandlung befindet?

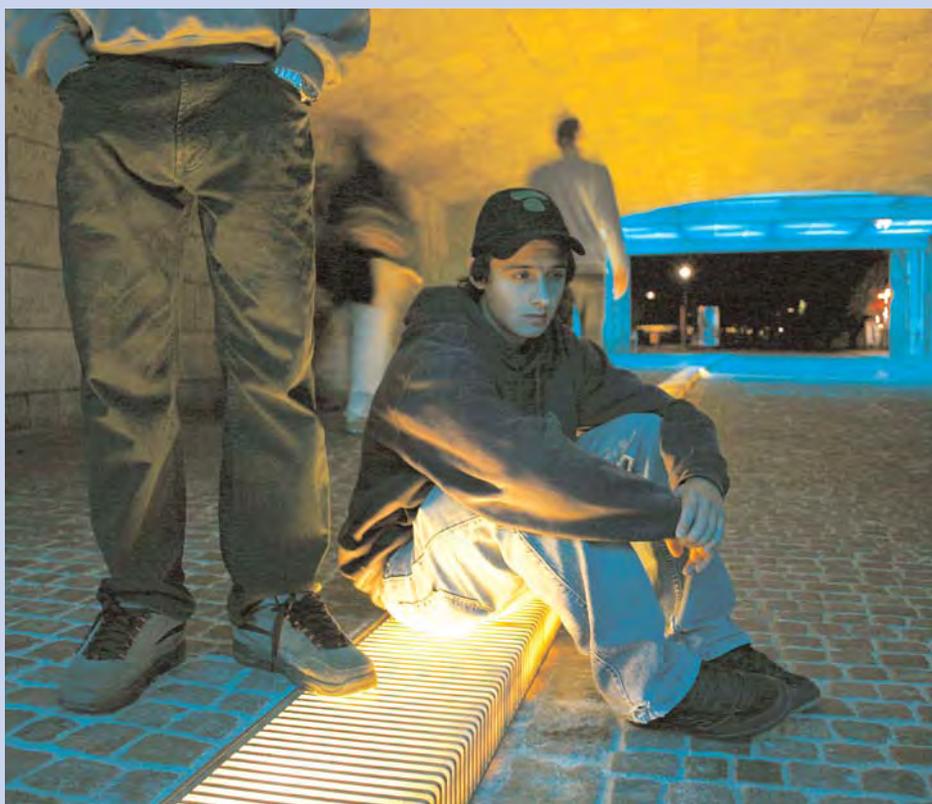
Leo Gehrig: In erster Linie sind es natürlich die psychischen Nöte und Störungen, die sich ungünstig auf das Erleben und Verhalten der Kinder und Jugendlichen auswirken können. Eine depressive Verstimmung beispielsweise geht oft einher mit Konzentrationsstörungen, vermindertem Selbstwertgefühl und einer gedrückten Stimmung. Solche und andere Symptome wirken sich selbstverständlich auf die schulischen Leistungen und das soziale Verhalten der Kinder und Jugendlichen ungünstig aus.

Es gibt Kinder und Jugendliche, die sich zusätzlich belastet fühlen, weil sie zu einem Psychologen oder Psychiater gehen müssen. Andere kommen damit ganz gut zurecht.

Wenn eine Mitschülerin oder ein Mitschüler spezielle psychologische Be-

treuung benötigt, löst dies bei den andern Kindern Fragen aus. Wie sollen Lehrpersonen mit dieser Neugierde umgehen?

Ohne das Einverständnis der Eltern sollte nie über ein Kind im Rahmen einer Schulklasse gesprochen werden. Es gilt,



Viele Heranwachsende sind von den Erwachsenen schwer oder nicht mehr erreichbar.

in jedem Einzelfall im Gespräch mit den Eltern und dem Schulpsychologen zu klären, was den anderen Kindern gesagt werden soll und was nicht. Bei Jugendlichen braucht es ohnehin deren Einwilligung.

Mit welchen Techniken werden Kinder und Jugendliche heute psychologisch behandelt?

Es gibt viele sehr unterschiedliche Behandlungsansätze und Methoden. Bei den einen wird versucht, im Gespräch die zu Grunde liegenden Konflikte und Motive zu erhellen, bei anderen geht es mehr darum, neue Verhaltensweisen einzuüben. Bei wieder anderen werden in erster Linie das Zusammenleben in der Familie und dessen Auswirkungen auf das betroffene Kind oder den Jugendlichen bearbeitet. Aber keine Methode oder Technik

kommt zum Tragen, wenn es dem betreuenden Psychologen oder Psychiater nicht gelingt, eine vertrauensvolle Beziehung mit dem anvertrauten Kind oder Jugendlichen aufzubauen.

In diesem Zusammenhang möchte ich noch eine Sorge äussern: Immer mehr Kinder und Jugendliche brauchen eine psychologische oder psychiatrische Betreuung. Es scheint mir dringend notwendig, sich zu fragen, ob bei den gegebenen Lebensumständen die wirklichen Bedürfnisse der Kinder und Jugendlichen befriedigt werden. Denn viele Störungen sind darauf zurückzuführen, dass die Heranwachsenden nicht in eine tragende und warme Beziehung eingebettet sind.

Viele Jugendliche sind von den Erwachsenen nicht mehr erreichbar – auch nicht von Sozialarbeitern, Heilpädagogen, Psychologen und Psychiatern. Sie

scheinen sich aufgrund einer tiefen Enttäuschung von der Erwachsenenwelt verabschiedet zu haben.

Interview: Adrian Zeller



Foto: zvg.

Leo Gehrig

Weiter im Text

Klosinski, Gunther: «Pubertät heute», Verlag Kösel, 220 Seiten, Fr. 32.60

Psychopharmaka: heilsam oder gefährlich für Kinder und Jugendliche?

Psychopharmaka können Kindern und Jugendlichen über eine schwierige Entwicklungsphase helfen. Vom Experimentieren ohne ärztliche Begleitung raten Fachleute jedoch ab.

Bei drei bis fünf Prozent der Heranwachsenden ist gemäss internationalen und schweizerischen Studien eine spezifische kinder- und jugendpsychiatrische Abklärung und eventuell eine Behandlung erforderlich. Patrick Haemmerle, Präsident der Schweizerischen Gesellschaft für Kinder- und Jugendpsychiatrie (SGKJPP), wehrt sich gegen den gelegentlich in Leserbriefen erhobenen Vorwurf, rebellischen Schülerinnen und Schülern würden von den Psychiatern leichtfertig Psychopharmaka verschrieben.

«Die Vorstellung, psychische Auffälligkeit oder Verhaltensstörung gleich Griff

zur Pillenschachtel, ist falsch. Zu einer fachgerechten Behandlung gehört eine möglichst umfassende Abklärung und ein ganzheitliches Therapiekonzept. Die Verordnung von Medikamenten ist dabei bloss eine von verschiedenen möglichen Massnahmen.»

Auch dem gelegentlich geäusserten Verdacht, Psychopharmaka würden auf Wunsch besonders ehrgeiziger Eltern zur schulischen Leistungssteigerung verschrieben, widerspricht Haemmerle, der hauptberuflich als Chefarzt des Kinder- und Jugendpsychiatrischen Dienstes (KJPD) des Kantons Freiburg arbeitet. «Wenn ein Kind die Note Fünf hat und die Eltern sich einen Sechser wünschen, bekommen sie von mir bestimmt kein Ritalin-Rezept.» Würde sich jedoch bei einer umfassenden Abklärung zeigen, dass eine Schülerin oder ein Schüler auf Grund bestimmter Entwicklungsstörungen erhebliche Handicaps beim Lernen aufweist, sei eine geeignete medikamentöse Behandlung durchaus denkbar.

«Aus ärztlicher Sicht können Psychopharmaka manchen Kindern helfen, ihr Potenzial auf schulischer wie auch auf sozialer und kommunikativer Ebene besser auszuschöpfen.» Einzelne Schülerinnen und Schüler, die wegen Verhaltensproblemen wie Aggressivität oder Abkapselung bei den Mitschülern auf Ablehnung stossen, können bei adäquater Behandlung eher wieder von ihren

Kameraden akzeptiert und in die Gruppe aufgenommen werden. «Dadurch kommen sie in ihrer Entwicklung voran und lernen neue Kompetenzen. So gesehen können richtig eingesetzte Psychopharmaka für die Kinder ein Gewinn sein.» Ein unbehandeltes depressives oder verhaltensgestörtes Kind sei oft gar nicht mehr in der Lage, die verschiedenen Lern- und Sozialangebote überhaupt zu nutzen.

Medikamentenmissbrauch

Die Erfahrung zeige, so der Experte, dass manche Heranwachsende, die unter ihren psychischen Beschwerden leiden, selber nach Linderung suchen. Extensiver Cannabis- oder Alcopops-Konsum könne als Versuch einer «Selbstbehandlung» verstanden werden, die allerdings längerfristig oft zusätzliche Schwierigkeiten nach sich ziehe.

Für manche Schülerinnen und Schüler sind Medikamente ein beliebtes Gebiet für Experimente. Gemäss einer Umfrage der Schweizerischen Fachstelle für Alkohol- und andere Drogenprobleme (SFA) gibt ein hoher Prozentsatz von Jugendlichen an, Schlaf- und Beruhigungsmittel seien auch ohne ärztliche Verordnung leicht verfügbar. Gemäss Untersuchungen ist der Konsum von Tabletten bei Mädchen deutlich höher als bei Knaben. «Das Verhältnis zu den Buben beträgt etwa 3:1», erklärt Jacqueline Sidler, Expertin bei der SFA.

Fortsetzung S.12

Positive Wirkung von Medikamenten

Die Aufmerksamkeits-Defizit-Störung (ADS) ist gemäss Haemmerle eine jener Entwicklungsstörungen, bei der durch eine mit Stimulanzen (Ritalin und andere Medikamente) unterstützte Behandlung der Betroffenen eine deutliche Zustandsverbesserung erreicht werden kann. «Etwa 80 Prozent der Betroffenen sprechen günstig auf die Stimulanzenbehandlung an.»

Die stark angestiegene Verordnung von Ritalin ist Auslöser für die aktuelle öffentliche Debatte um die Abgabe von Psychopharmaka an Heranwachsende. Vor zwei Jahren untersuchte das Bundesamt für Gesundheit im Kanton Neuchâtel, weshalb es zu einer starken Zunahme von Ritalin-Verschreibungen gekommen war. Da im analysierten Zeitraum kaum neue kinder- und jugendpsychiatrische Praxen eröffnet worden waren, konnten diese kaum der Grund für den starken Verordnungsanstieg sein. Die Rezepte waren vor allem durch Kinder- und durch Hausärzte ausgestellt worden. «Ich muss daher ein Fragezeichen machen, ob das Ritalin immer störungsgerecht verordnet wurde», merkt Patrick Haemmerle an.

Ein weiteres Einsatzgebiet ist die kindliche Depression. Hier kann eine medikamentöse Behandlung mit einem Antidepressivum unter Umständen angezeigt sein.

Depressionen häufiger als angenommen

Vor Jahren galt gemäss Aussagen des Chefarztes in der Fachwelt die Meinung, Heranwachsende seien in ihrer seelischen Entwicklung noch nicht genügend weit fortgeschritten, als dass bei ihnen Depressionen überhaupt auftreten könnten. «In diesem Bereich hat in den letzten Dekaden ein Umdenken stattgefunden: Depressionen kommen bei Kindern und Jugendlichen weit häufiger vor als bisher angenommen.»

Neuere Untersuchungen gehen von Zahlen um drei bis vier Prozent aus. Eine Depression kann sich bei Kindern allerdings auch in Form von Unruhe und Angetriebenheit bemerkbar machen. Dies macht eine Verwechslung mit ADS, das oft mit Hyperaktivität verbunden ist, möglich. «Deshalb ist es erforderlich, dass eine Differentialdiagnose gestellt wird, das heisst dass andere Krankheitsbilder in Erwägung gezogen werden.» Nur so habe man Gewähr, dass die entsprechende Krank-



Wenn nichts mehr klar ist... Nicht nur dramatische Erlebnisse, sondern auch zehrende Alltagsprobleme können Stress auslösen.

heit auch mit einer Erfolg versprechenden Strategie behandelt wird.

Einsatzgebiet einer speziellen Gruppe von Psychopharmaka – so genannten Neuroleptika – sind gemäss Haemmerle bestimmte Formen schwerer Entwicklungs- und Verhaltensstörungen. Auch hier ist die Pharmakotherapie Teil eines

mehrstufigen Behandlungsprogramms, zu dem zwingend auch regelmässige Gespräche mit den Eltern gehören. «Es gibt Studien, die belegen, dass Psychopharmaka besser wirken, wenn sie von weiteren therapeutischen Massnahmen begleitet werden.»

Adrian Zeller

Psychopharmaka und ihre Wirkung

Psychopharmaka sind Medikamente, die mittels verschiedener Wirkmechanismen auf das seelische Erleben und Befinden und das Verhalten des Menschen einwirken. Einige dieser so genannten psychotropen Medikamente sind auch für Kinder und Jugendliche zugelassen. Dabei ist vor allem von drei Gruppen die Rede:

- Antidepressiva = Medikamente, die auf die Stimmung des Menschen einwirken und eine Depression «aufhellen» können.
- Neuroleptika = Medikamente, die ausgeprägte psychische und Verhaltensstörungen mildern können.
- Psychostimulanzien = Medikamente, welche die Aufmerksamkeitstörung mildern und Angetriebenheit/Hyperaktivität dämpfen können.

Wie alle Medikamente haben auch Psychopharmaka nicht nur erwünschte Wirkungen, sondern oft auch unangenehme Nebenwirkungen. Wie in anderen Bereichen der Medizin muss der Spezialarzt oder die Spezialärztin die Vor- und Nachteile einer medikamentösen Behandlung eines Kindes oder eines Jugendlichen im Gespräch mit den Eltern abwägen. aze

Quelle: Patrick Haemmerle, Chefarzt des Kinder- und Jugendpsychiatrischen Dienstes des Kantons Freiburg.

Stress: Schlaglichter auf ein Thema

Woher kommt Stress? Was sind Ursachen für Stress bei Kindern und Jugendlichen? Was sind mögliche Folgen von Stress, und wie kann man sich schützen? BILDUNG SCHWEIZ wirft einen Blick auf die aktuelle Forschung.

Forscherinnen und Forscher verstehen Stress als ein Relikt aus der Jäger- und Sammler-Zeit, jener Evolutionsphase, in der das Überleben durch blitzschnelle Reaktionsfähigkeit gesichert werden musste. Sie sprechen von «fight-or-flight», von kämpfen oder flüchten: Beide Reaktionen werden durch erhöhten Herzschlag und gesteigerte Aufmerksamkeit unterstützt.

In der Steinzeit und bei den heute noch naturnah lebenden Völkern werden die Stressimpulse meistens durch eine körperliche Aktion abereagiert. In der Folge pegelt sich das Spannungsniveau im Organismus rasch wieder auf ein Normalmass ein.

In der Industriegesellschaft fehlen solche Gelegenheiten vielfach. Die Aktions-Impulse bleiben gewissermassen in Nerven und in Muskeln stecken; Körper und Geist befinden sich über längere Zeit immer wieder in einem erhöhten Erregungszustand. Das vegetative Nervensystem, das Herzschlag und Verdauung sowie weitere Körperprozesse autonom steuert, gerät aus der Balance. Es kommt zu Verdauungs- und zu Schlafstörungen. Man erholt sich nur noch ungenügend oder braucht länger, um sich zu regenerieren, die Energiereserven nehmen ab und das Immunsystem wird schwächer. «Nicht die dramatischen Ereignisse schlagen auf unsere Gesundheit», so der Neuroendokrinologe Bruce McEwen, «sondern alltägliche Probleme, die an uns zehren.»

Zuwendung baut Stresshormon ab

An der Universität im niederländischen Leiden trennten Wissenschaftler junge Ratten für 24 Stunden von ihren Müttern. Einen Teil der isolierten Tiere streichelten Forscherinnen und Forscher in dieser Zeitspanne drei Mal für einige Sekunden mit einem nassen Pinsel. Am Ende der Trennungszeit wurde an sämtlichen Tieren der Spiegel der so genannten Corticotropin-Releasing-Hormone (CRH) gemessen. Bei den berührten Ratten war er deutlich niedriger. CRH ist die Substanz, die für die Intensität von

Stressreaktionen verantwortlich ist. Das Experiment ergab, dass bei Rattenbabys bereits minimalste Zuwendung genügt, um das Stressniveau im Organismus zu reduzieren.

Derzeit ist noch unklar, ob diese Beobachtung 1:1 auf den Menschen übertragen werden kann. Sicher ist jedoch, dass ein erheblicher Mangel an Zuwendung auch bei Menschenkindern eine massiv erhöhte Ausscheidung an Stresshormonen auslöst.

Zu dieser Erkenntnis kam Mary Carlson von der Bostoner Harvard Medical School, die Kinder in einem amerikanischen Hort, in dem sie sehr mangelhaft betreut wurden, untersuchte. Am Wochenende, wenn die jeweiligen Eltern genügend Zeit für ihre Kinder hatten, pegelte sich der Hormonspiegel vorübergehend auf ein normales Niveau ein.

Stressfaktor Lärm

Der Sozialmediziner Peter Lercher, Professor an der Universität Innsbruck, untersuchte die Auswirkungen von Lärm auf Heranwachsende. Während eines Lesetests wurde einer ausgewählten Gruppe von Schülerinnen und Schülern die Herzschlag-Frequenz, die Höhe des Blutdruckes sowie der Spiegel des Stresshormons Cortisol gemessen. Bei jenen Jugendlichen, die an einer lärmigen Strasse wohnten, stiegen die Werte während der Prüfung deutlich höher an als bei jenen Buben und Mädchen, die in einem ruhigen Ort zu Hause waren. Bei der Befragung nach ihrer allgemeinen Befindlichkeit fühlten sich jene Jugendlichen generell besser, die daheim mehr Ruhe hatten. Diese Gruppe schnitt auch bei der Leistungsbeurteilung durch die Lehrpersonen besser ab. Fazit der Untersuchung: Ständige Umweltbelastung verursacht chronischen Stress, senkt weiter die Stresstoleranz und auch den Lernerfolg.

«Guter» Stress

Übersteigt die Ausscheidung von Stresshormonen ein bestimmtes Limit nicht,

so haben diese eine positiv stimulierende Wirkung. Die Lernleistung wird durch die Hormonausscheidung verbessert. In Stresssituationen steigt auch die allgemeine Aufmerksamkeit und im Körper werden Energiereserven freigesetzt.

Ist eine Lernsituation zu entspannt und werden von den Lernenden kaum Anstrengungen gefordert, bleibt der Lernerfolg mässig. Nur unter Anspannung würden eingefahrene Denkbahnen aufgelöst und neue kreative Verschaltungen eingerichtet, so der Hirnforscher Gerald Hüther.

Eine weitere Untersuchung kommt zum Schluss, dass Heranwachsende, die ihr Elternhaus als nervig und stressig erleben, vermehrt Nikotin, Alkohol und Drogen konsumieren.

Fühlen sich die Jugendlichen von ihren Eltern jedoch respektiert und verstanden, weil sich diese zum Beispiel auch für die schulischen Belange interessieren, greifen Teenager deutlich weniger zu stimulierenden Substanzen.

Mitbestimmung gibt Schutz

Menschen, die sehr von den Entscheidungen anderer abhängen, erleben Stress negativer als Personen, die bei der Bewältigung einer Aufgabe mehrere Optionen haben. Wer in Drucksituationen wenig Handlungsspielraum hat, wird ausserdem vermehrt von gesundheitlichen Langzeitfolgen von Stress betroffen. Diese Erkenntnis britischer Epidemiologen deckt sich mit einer Untersuchung der Schweizerischen Fachstelle für Alkohol- und andere Drogenprobleme (SFA): Schülerinnen und Schüler, die in ihrer Bildungsstätte mitbestimmen können, rauchen weniger und greifen seltener zu Alkohol und illegalen Drogen.

Adrian Zeller

«Max.Money» – gegen die Schuldenseuche

Am 4. November startet «Max.Money». Die nationale Präventionskampagne möchte jugendliche Konsumenten zur Auseinandersetzung mit den Themen Geld und Schulden anregen.

Neueste Untersuchungen zur privaten Verschuldung lassen aufhorchen: 25 Prozent der 16- bis 25-Jährigen geben mehr Geld aus, als sie zur Verfügung haben. Mehr als 80 Prozent aller Überschuldeten machen ihre ersten Schulden vor ihrem 25. Lebensjahr. 17 Prozent der jungen Erwachsenen zeigen ein süchtiges Kaufverhalten. Diese Kaufkraft hat die Wirtschaft längst erkannt und setzt Strategien ein, um derart leicht beeinflussbare Konsumenten zu erreichen. Vor diesem Hintergrund sei Präventions- und Aufklärungsarbeit besonders wichtig, betont Reno Sami von Plusminus, Budget- und Schuldenberatung in Basel: «Geld ist noch immer ein Tabuthema. Man spricht nicht gerne darüber und der Umgang damit wird nicht gelernt. Die meisten Jugendlichen können ihre finanzielle Situation schlicht nicht einschätzen.»

Die erste nationale Präventionskampagne zum Thema Geld und Schulden für Jugendliche steht vor dem Start. Am 4. November gehts los. «Max.Money ist vor allem konzipiert, um die Sensibilisierung der Jugendlichen in der Schweiz im Alter zwischen 16 und 26 zu erreichen. Wir wollen zum Nachdenken anregen, ohne den Zeigfinger zu erheben», erklärt Projektleiter Sami. Es gehe darum, einen cleveren Umgang mit Geld zu vermitteln. Das bedeute, dass die Eltern der Jugendlichen sich ebenfalls darüber Gedanken machen müssten. «Schliesslich sind es nicht die Jugendlichen, die diese Werte bildeten, mit denen sie nun umgehen müssen. Verantwortlich dafür sind die Eltern, die Wirtschaft, die Lehrpersonen.»

Auch Erwachsene ansprechen

Deshalb müsse diese Kampagne, welche sich an Jugendliche richte, auch auf Eltern und weitere Verantwortungsträger ausgerichtet sein. Sami ist überzeugt, dass dies mit der Auswahl der Mittel – die zu beziehende Box ist aufgeteilt in ein Magazin, eine CD-ROM und ein Buch – gelingen wird. Während das peppig aufgemachte Magazin mit Fotoroman sich speziell an die Jugendlichen wendet, dient das grosszügig kon-



Foto: Tommy Furrer

«Hesch Schtutz...» – Ansonsten ist Geld auch unter Jungen ein Tabuthema.

zipierte Buch als Basis für Eltern und Lehrpersonen. Die CD-ROM ist ein Arbeitsmittel, womit alle Beteiligten arbeiten können.

Reno Sami, der inmitten der Vorbereitungsphase für den Start anfangs November steht, hält weiter fest: «Wichtig ist natürlich auch die Vernetzung mit dem Dachverband Schuldenberatung, der Arbeitsgemeinschaft Budgetberatung Schweiz und dem Dachverband Offene Jugendarbeit.» Zurzeit sei in jedem Kanton eine eigene Organisation im Aufbau; diese Organisationen würden mit der Zeit selber Vernetzungsarbeit leisten. «Die Präventionskampagne ist für eine Laufzeit von fünf Jahren geplant. Für die nächste Zeit können wir von Plusminus die Lancierungs- und Koordinationsfunktion übernehmen.»

Der Umfang hänge von den finanziellen Ressourcen ab: «Max.Money wird finanziert durch ein Konglomerat von verschiedenen Stiftungen, Lotteriefonds, Bundesamt für Kultur und PostFinance, jedoch kaum von der Banken- und Wirtschaftsseite.» Wäre diese Kampagne nicht gerade für Banken und Wirtschaft interessant? «Leider, das

muss man dieser Seite vorwerfen, machen sie nicht mit. Vielleicht wartet man mal ab, wie sich das Produkt entwickelt und steigt dann später ein», hofft Sami.

Was können aus seiner Sicht Lehrpersonen unternehmen, um das Thema im Unterricht einzubinden? Für Reno Sami ist klar: «Thematisiert werden muss es vermehrt im Schulzimmer. Zumindest muss in der Schule heute auch der Wert des Geldes, auch mit dem philosophischen Hintergrund, diskutiert werden. Aber der Lehrer muss auch persönlich interessiert sein an diesem Thema und er muss mit sich selber ehrlich sein, was seinen Umgang mit Geld, sein Kaufverhalten angeht.» Madlen Blösch

Weiter im Netz

www.plusminus.ch – Homepage der Basler Schuldenberatungsstelle

Weiter im Text

«Max.Money»-Box (Magazin, Buch, CD-ROM) im Buchhandel erhältlich für Fr. 38.–. Magazin kostenlos bei www.plusminus.ch (Versandspesen werden berechnet).



Klinik Aadorf
Klinische Psychotherapie

Begleitung bei Krisen / Stress / Burnout

professionell, diskret, menschlich, naturnah mit vielfältigen Freizeitmöglichkeiten

Unsere Häuser:

- **Landhaus:** Intensive Psychotherapien im allgemeinen Bereich
- **Oase:** Station für Frauen mit Ess-/Identitätsstörungen
- **ViaNova:** Neu eröffnete Station für halbprivat und privat Versicherte

Krankenkassen- anerkannt für Patientinnen und Patienten aus der gesamten Schweiz.
Für ein Informationsgespräch rufen Sie doch einfach an!

Dr. med. Hans König, Chefarzt, Facharzt für Psychiatrie und Psychotherapie FMH
Föhrenbergstrasse 23, 8355 Aadorf, Tel. 052 368 88 88
www.klinik-landhaus.ch, Mail: landhaus@klinik-landhaus.ch

chili konstruktive Konfliktbearbeitung
für Lehrkräfte und Schulgemeinden

Telefon 031 387 74 47
chili@redcross.ch

Rainmattstrasse 10, Postfach, 3001 Bern
www.redcross.ch



Learn English on Dartmoor

Eintauchen in die Sprache und
wunderschönen Landschaft Südenglands
Kleingruppe – Feb. bis Nov. «Gartenkurs»
Ab 26 Jahre – Vegetarisches Essen

www.english-on-dartmoor.com

DATA QUEST The World of Macintosh

- Beratung und Verkauf**
Kompetente Verkäufer und ein grosses Macintosh-Sortiment finden Sie in unseren fünf Filialen in Dietikon, Bern, Luzern, Zug und Zürich.
- Online Shop www.dataquest.ch – täglich aktuell**
Sie finden über 2'000 Artikel mit Produktbeschreibung und Bild im Shop.
- Schulen und Institute**
Edukative Institutionen, Lehrer und Schüler erhalten Spezialrabatte auf Apple Rechner und diverse Software.
- 24 Stunden Lieferservice**
Alle Bestellungen, die bis 15.30 Uhr bei uns eingehen, werden am gleichen Tag (sofern ab Lager lieferbar) per Post «Priority» ausgeliefert.
- Service und Support**
Für Notfälle wählen Sie unsere Hotline 0900 57 62 92 (SFr. 3.13 pro Min.).
- Vermietung**
Mieten Sie Apple Rechner und Peripherie zu günstigen Preisen für Hardware-Engpässe, Messen und Präsentationen. Telefon 01 745 77 19.

3000 Bern 7
8553 Dietikon
6003 Luzern
6300 Zug
8001 Zürich

Theaterplatz 8
Mosenmattstrasse 30
Kasernenplatz
Hirschenplatz
Limmatalquai 122

031-310 29 39
01-745 77 19
041-348 50 70
041-725 40 80
01-265 10 10

Apple Center
COMPUTER-TAKEAWAY
Data Quest AG
Riedlistrasse 27
8006 Zürich
Tel. 01-360 39 14
Fax 01-360 39 10

SIE GEBEN WISSEN WEITER?

WIR UNTERSTÜTZEN SIE PROFESSIONELL DABEL.

Die ASK Projektoren unterstützen Sie tatkräftig, ihr Wissen optimal weiterzugeben. Dabei sind sie kostengünstig und einfach zu bedienen – besonders wenn Sie das Modul LiteShow für die drahtlose Datenübertragung verwenden. Verlangen Sie die speziellen Einkaufskonditionen für den Bildungssektor!

ASK Proxima www.infocus.ch

InFocus AG, 8126 Zumikon, Tel. 01 919 80 40, ch.info@infocus.ch

Sonderausstellung

HERZ

Eine interdisziplinär gestaltete Ausstellung über das HERZ als Organ und das HERZ als Symbol mit einmaligen Modellen und Experimenten zum Anfassen und Selberentdecken!

Dienstag bis Sonntag 13 - 17 Uhr,
Donnerstag 13 - 20 Uhr
Morgens reserviert für Schulen und Gruppen nach Vereinbarung.
Museumspädagogische Angebote für Schulklassen aller Stufen.

KULTURAMA Museum des Menschen, Englischviertelstr. 9,
8032 Zürich, Tel. 01 260 60 44, www.kulturama.ch

Frutighus
170 Betten, hauptsächlich 12er- und 6er-Zimmer, Aufenthaltsräume.
Vollpension ab Fr. 34.–

Sportanlagen
Dreifachsporthalle Widi
Hallenbad mit Fit- und Wellnesscenter.

Skilager
Skizentrum Elsiggen-Metsch, 2300 m ü. M.
Skibus ab Frutighus

Ski-Hit für Gruppen und Vereine:
2 Tage (1 x HP) inkl. Skipass Fr. 105.–
für Erwachsene

Info / Buchungen
Frutigen Tourismus, Postfach 59, CH-3714 Frutigen
Telefon 033 671 14 21, Fax 033 671 54 21
frutigen-tourismus@bluewin.ch, www.sportzentrum-frutigen.ch

Frutigen

Kerzen selber machen

- Profi-Wachsmischung (Granulat und Platten) zum Ziehen und Giessen in 9 Farben – vom einzigen Schweizer Hersteller – darum äusserst günstig
- garantiert 100 % Bienenwachs (Perlen und Platten)
- Paraffin / Stearin
- Dochte für jede Kerzendicke
- Wachsblätter in 20 Farben zum Verzieren der Kerzen
- Bienenwabenblätter
- 9 verschiedene Farbkonzentrate zum Einfärben des Wachses
- Batikwachs
- Fachkundige Beratung beim Durchführen von Kerzenziehen

Sofort Preisliste verlangen!
Telefon 055 / 412 23 81 – Fax 055 / 412 88 14

LIENERT-KERZEN AG, KERZEN- UND WACHSWARENFABRIK, 8840 EINSIEDELN

Gesunde Ernährung

Was Eltern tun können

Auch in der Schweiz nehmen Übergewicht und Bewegungsmangel zu. Was kann man tun, um normalgewichtig zu bleiben? Was können Eltern unternehmen, damit ihr Kind nicht übergewichtig wird? Diese und weitere Fragen beantwortet der Gratis-Leitfaden von Suisse-Balance, der Ernährungsbewegung von Gesundheitsförderung Schweiz und dem Bundesamt für Gesundheit.

Gesund leben soll Spass und Freude machen – wie das am Besten funktioniert, kann im 20-seitigen Leitfaden nachgelesen werden. Niemand muss deswegen sein Leben auf den Kopf stellen: Gefragt sind jedoch Zeit und Geduld. Neben der Gestaltung des Verhaltens am Tisch finden Eltern auch zehn Tipps für eine «bewegte Kindheit».

Bestelladresse:

Suisse Balance

Postfach 8172

3001 Bern

Telefon 031 389 92 91

Weiter im Netz

www.suissebalance.ch

Sondermarke

Suisse Balance setzt sich dafür ein, dass die Schweizer Bevölkerung ausgewogen isst und sich täglich bewegt. Seit dem Start im Frühling 2002 hat Suisse Balance mit vielfältigen Massnahmen über 100 000 Menschen direkt erreicht, darunter mehr als 25 000 Kinder und Jugendliche.

Neuerdings unterstützt auch die Schweizerische Post Suisse Balance mit einer 85-Rappen-Sondermarke «Suisse Balance – Gesunde Ernährung und Bewegung für mehr Lebensfreude», welche seit dem 7. September an allen Schweizer Poststellen verkauft wird.

«Rapzeste» und viel Bewegung

Dank einer Partnerschaft mit Suisse Balance (Ernährungs-Bewegung des Bundesamtes für Gesundheit und von Gesundheitsförderung Schweiz) sowie weiteren Partnern konnte auch heuer die Freestyle Tour durchgeführt werden. Das Programm fand im Juni und ab Mitte August während sechs Wochen an Deutschschweizer Schulen statt: mit Skateboard- und Breakdance-Unterricht sowie neu Ernährungsberatung.

Tourleiter Ernesto Schneider ist zufrieden, die Freestyle Tour 2004 war wiederum ein grosser Erfolg: «Gegenüber 2003 haben wir klar mehr Kids ansprechen können. Es dürften rund 3000 gewesen sein, die an den Kursen teilnahmen.» Die von der Zürcher Stiftung für soziale Jugendprojekte «Schtifti» organisierte Tour besuchte im Juni, August und September 30 Schulen in der ganzen Schweiz. «Darunter waren auch Sonderklassen; es hat mich speziell gefreut, sie ansprechen zu können», sagt Schneider.

Kochweltmeister rappt seine Rezepte

Nach der ersten Auflage im vergangenen Jahr hat die Schtifti ihr Freestyle-Busprogramm erweitert. Neben Skateboards und Breakdance werden nun auch Ernährungsberatung und «Kochmotivation» angeboten. Als begleitender Kochmotivator konnte kein Geringerer als Ivo Adam, 26-jähriger Kochweltmeister 2002 und jüngstes Mitglied der Schweizer Koch-Nationalmannschaft aller Zeiten, gewonnen werden. Ganz nach dem Motto «Mehr Bewegung und gesündere Ernährung» will Schtifti Schulkindern und Jugend-



Mit dem Skateboard unterwegs für eine gesündere Jugend.

lichen einerseits mit Skateboard- und Breakdance-Unterricht spielerisch den Spass an der Bewegung vermitteln. Ivo Adam animiert andererseits die Kinder zum Kochen. «Kinder und Jugendliche essen heute viel zu oft Fastfood und Fertiggerichte», so seine Feststellung. «Essen verkümmert zur blossen Nahrungs- oder gar nur Fettaufnahme.» Was zum Resultat von über- oder untergewichtigen Kindern mit teilweise akuten Gesundheitsproblemen führe.

Adam glaubt, dass sich das Essverhalten der Kinder und Jugendlichen automatisch verbessert, wenn sie den Spass am Kochen entdecken und sich so damit auseinandersetzen, was sie eigentlich essen. Um sich die Aufmerk-

samkeit der Kids zu sichern, rappt Ivo Adam jeweils seine Rezepte und Ernährungstipps...

Ernesto Schneider hofft, die Freestyletour nächstes Jahr auf die ganze Schweiz, also auch ins Welschland und Tessin, ausdehnen zu können. «Es ist dringend notwendig, möglichst viele Kinder und Jugendliche zur Bewegung motivieren zu können. Und ihnen auch zeigen zu können, dass Bewegung Spass machen kann.»

Madlen Blösch

Weiter im Netz

www.freestyletour.ch

www.schtifti.ch

www.freestylepark.ch

www.rapzept.ch

Sich in Schulleitungsaufgaben qualifizieren

Gemeinsame Angebote des Dachverbands Lehrerinnen und Lehrer Schweiz LCH und der AEB Akademie für Erwachsenenbildung.

In den interkantonal zusammengesetzten Führungskursen AEB/PA LCH treffen sich Weiterbildungsinteressierte, die in Schulen Führungs- bzw. Leitungsfunktionen wahrnehmen, Schulleiterin/Schulleiter bzw. in der Schulhausleitung sind oder Projektverantwortung haben (an Volksschulen, Schulen der Sekundarstufe II, Höheren Fachschulen und Fachhochschulen sowie an weiteren Ausbildungsinstitutionen).

Die Führungskurse bieten eine funktionsbegleitende Weiterbildung an: eine Grundbildung (Basiskurs) sowie Möglichkeiten, sich zu speziellen Themen kundig zu machen (Aufbau- und Zusatzmodule). Basiskurs und Aufbaumodule zusammen orientieren sich an den gesamtschweizerischen Akkreditierungsrichtlinien für die Anerkennung von Schulleitungsausbildungen im Volksschulbereich. Die Weiterbildung kann mit einem Zertifikat abgeschlossen werden. Die Module können alle auch als in sich abgeschlossene Weiterbildungen besucht werden.

Basiskurs

Führen: eine Schule leiten

15 Tage

Kurs I: 26.–28.1., 14.–16.2., 16.–18.3., 20.–22.4. und 18.–20.5.2005

Kurs II: 11.–13.5., 15.–17.6., 31.8.–2.9., 19.–21.9. und 31.10.–2.11.2005

Aufbaumodule

Personalführung und -entwicklung

5 Tage

Kurs I: 28.2.–2.3. und 20./21.4.2005

Kurs II: 3.–5.3. und 22./23.4.2005

Kurs III: 12.–14.9. und 24./25.10.2005

Schulentwicklung/Projektmanagement

5 Tage

26.–28.10. und 29./30.11.2005

Selbstevaluation an Schulen

5 Tage

15.–17.3. und 3./4.5.2005

Selfmanagement/Arbeitsmethodik und Schulverwaltung

5 Tage

Kurs I 16.–18.2. und 11./12.7.2005

Kurs II 31.10.–2.11.2005 und 9./10.1.2006

Weitere Zusatzmodule

Öffentlich wirken

2 Tage

13./14.5.2005

Konflikte in der Schule

3 Tage

11.–13.7.2005

Moderieren in der Schulleitungsrolle

2 Tage

30./31.5.2005

Ausbildungsleitung

Im Verlauf der letzten zehn Jahre hat sich ein erfahrenes Kursleitungsteam herausgebildet: Veronika Baumgartner, Thomas Birri, Marianne Cockayne, Paul Dettwiler, Bianca Ender, Susan Hedinger, Martin Riesen (Operative Leitung), Anton Strittmatter (Programmverantwortung).

Weitere Informationen und Anmeldeunterlagen

Sekretariat der AEB Luzern, Telefon 041 240 77 20,

Mail info-lu@aeb.ch

Alle Informationen über die Führungskurse finden sich auf der Homepage www.aeb.ch

Informationsveranstaltungen

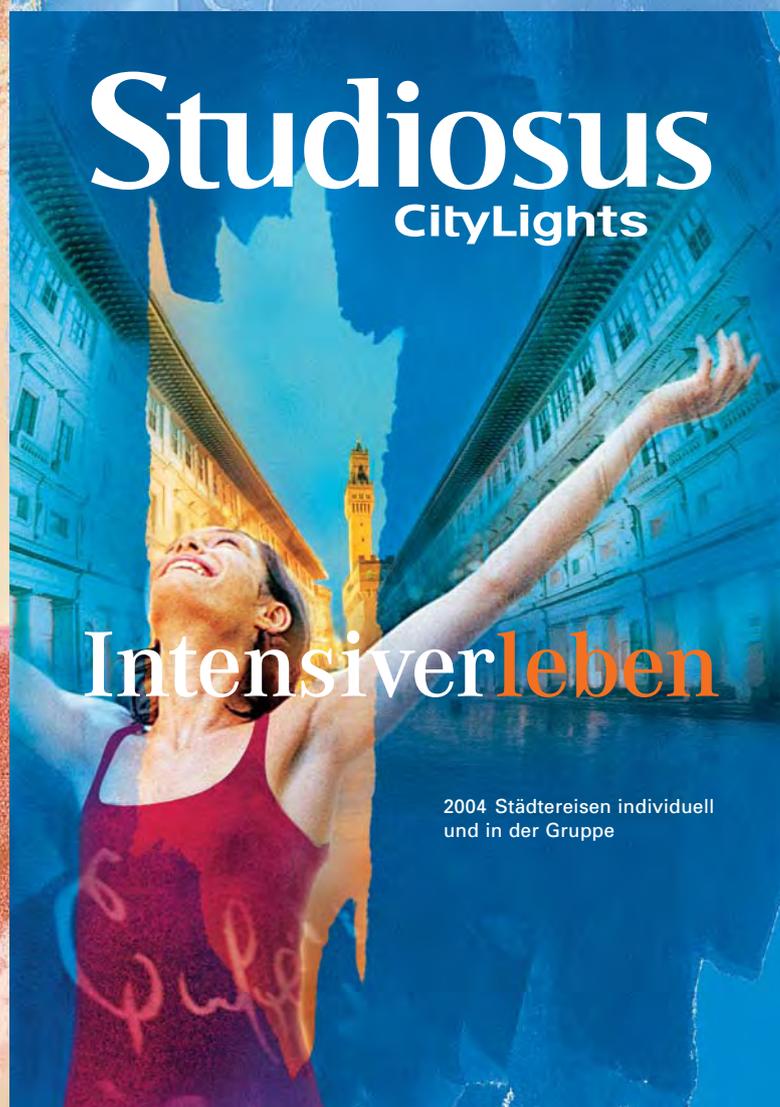
Donnerstag, 21. Oktober 2004, 18.30–19.45
AEB Luzern, Kasernenplatz 1, 6000 Luzern 7

Donnerstag, 28. Okt. 2004, 18.30–19.45
AEB Zürich, Sumatrastrasse 11, 8006 Zürich

Die Lichter der Grossstadt

Einen Cappuccino auf der Piazza San Marco in Venedig trinken? Die raffinierte französische Küche mit Blick auf den Eiffelturm geniessen? – Städtereisen sind der ideale Kurzurlaub. Und damit Sie in vier, fünf Tagen möglichst viel in Ihrer Traumstadt sehen

und erleben können, übernimmt Studiosus CityLights für Sie auf Wunsch die komplette Organisation: von der Anreise bis zum zentral gelegenen Hotel, vom optimalen Besichtigungsprogramm bis hin zu Eintrittskarten für Oper und Theater.



Studiosus
CityLights

Intensiver leben

2004 Städtereisen individuell
und in der Gruppe

Mit Reiseleiter und Programm

«Bienvenidos a Madrid, bienvenue à Paris!» – Ihr Studiosus-Reiseleiter begrüsst Sie bereits am Flughafen oder spätestens im Hotel. Er ist der Garant für Ihren perfekten Kurzurlaub. Er lädt Sie am ersten Abend zu einem Welcome-Dinner ein, bei dem Sie die anderen Gäste der Reisegruppe näher kennen lernen. Als echter Insider weiss er jede Menge zu erzählen, gibt schon erste Tipps zum Einkaufen oder Bummeln. An den Vormittagen zeigt er Ihnen die wichtigsten Sehenswürdigkeiten, aber auch versteckte Schönheiten Ihres Reiseziels. An den programmfreien Nachmittagen entdecken Sie Ihre Traumstadt auf eigene Faust oder buchen weitere Besichtigungen und Ausflüge hinzu.

Sie können mit Studiosus CityLights eine Stadt aber auch ganz auf eigene Faust entdecken – und dennoch vom CityLights-Service und -Know-how profitieren.

Metropolen und Geheimtipps

Das Programm von Studiosus CityLights umfasst Klassiker wie Rom und Florenz, Paris, London, Lissabon und Prag. Auch Moskau, St. Petersburg und New York sind sehr beliebt. Nicht ganz so bekannte Städtereiseziele, aber unbedingt einen Besuch wert, sind etwa Krakau und Stockholm, Dresden und Reykjavik sowie die drei baltischen Hauptstädte Vilnius, Riga und Tallinn.

Singles und Weltentdecker

Neben Städtereisen bietet Studiosus weitere spezielle Reiseformen an: **young line travel** für Traveller zwischen 20 und 35 Jahren, **me & more** für Singles und Alleinreisende, **Sprachreisen** sowie **Marco Polo**, Reisen für Weltentdecker – und natürlich jede Menge Studienreisen: über 1000 Reisen in mehr als 100 Ländern.

Wenn Sie mehr über Studiosus CityLights oder das Studiosus-Gesamtprogramm erfahren möchten, rufen Sie einfach an.

LCH-Reisedienst
Martin Schröter
01 315 54 64

Gesucht 100 Lehrerinnen und Lehrer, die gesund bleiben wollen

Forschung und Gesundheitsprojekte mit neuem Ansatz: Von den Belastungen zu den Ressourcen.



Foto: Tommy Furrer

Begegnung und Auseinandersetzung der Generationen – Faszination und Last des Lehrberufs.

«Gesundheit im Lehrberuf» ist ein Programmschwerpunkt des im März diesen Jahres gegründeten Kompetenzzentrums «RessourcenPlus R+» an der Fachhochschule Aargau (FHA) Pädagogik und Soziale Arbeit. Dabei steht der ressourcen- oder lösungsorientierte Ansatz im Vordergrund – etwa nach dem Motto «Habe ich mich heute schon einmal gefreut?» oder «Habe ich bewusst etwas in Ruhe getan?».

Madlen Blösch

Im Rahmen des Programms «bildung + gesundheit Netzwerk Schweiz» des Bundesamtes für Gesundheit (BAG) und der Schweizerischen Erziehungsdirektorenkonferenz (EDK) werden in der Schweiz in den Jahren 2003 bis 2010 zehn Kom-

petenzzentren zur Gesundheitsförderung und Prävention aufgebaut (siehe auch Kasten). Das Thema Ressourcenmanagement und Stressprävention wurde an die FH Aargau vergeben. Im vergangenen März haben die beiden Co-Leiter Urs Peter Lattmann (FHA Nordwestschweiz Pädagogische Hochschule, Institut Wissen und Vermittlung R+, Aarau) und Barbara Fäh (FHA Departement Soziale Arbeit, Abteilung Dienstleistungen und Weiterbildung, Brugg), mit dem Aufbau des Kompetenzzentrums «RessourcenPlus R+» begonnen.

«Was hält Menschen gesund?»

Einer der Schwerpunkte, so Urs Peter Lattmann im Gespräch mit BILDUNG SCHWEIZ, befasst sich in den Jahren 2004 bis 2006 mit der Gesundheit im

Lehrberuf. Das Projekt wird in Zusammenarbeit mit dem Dachverband Schweizer Lehrerinnen und Lehrer (LCH) durchgeführt. Im Unterschied zu früheren Projekten – «bis jetzt gingen fast alle wissenschaftlichen Forschungsarbeiten vom Belastungsansatz aus» – steht neu der ressourcen- oder lösungsorientierte Ansatz im Mittelpunkt. «Das ist ein Wegweiser für diesen Schwerpunkt und war für den LCH ausschlaggebend.» Es gehe also um Fragen wie «Was hält Menschen gesund – trotz Belastungen?», «Was stärkt Menschen?» oder «Welches sind gesundheitsfördernde (salutogene) Lebens- und Arbeitsbedingungen?» Diese ressourcenorientierte Perspektive sei heute grundlegend für die Gesundheitswissenschaften, für die Prävention und Gesundheitsförderung.

Ziel des Projekts «Eltern und Schule stärken Kinder» (ESSKI) ist die Stärkung von Gesundheitsfaktoren bei Lehrpersonen, Schülerinnen und Schülern sowie die Stärkung der Erziehungskompetenz der Eltern.

Dabei sollen auch aktuelle Bedürfnisse und Problemlagen der Schulentwicklung einbezogen werden.

Urs Peter Lattmann ergänzt dazu, dass auf der Praxisebene ein gemeinsames Internetprogramm von LCH und R+ zum Thema «Gesund bleiben im Lehrberuf» geplant sei. Auch eine gemeinsam organisierte Fach- und Expertentagung 2007 mit dem aktuellen Arbeitstitel «Gesundheit und Ressourcenaktivierung im Lehrberuf» laufe unter diesem Motto. Im Bereich Grundlagenwissen ist unter anderem das Forschungs- und Entwicklungsprojekt mit dem Arbeitstitel «Individuelles und institutionelles Ressourcenmanagement als Beitrag zur berufsbezogenen Persönlichkeitsentwicklung und Schulgestaltung» vorgesehen.

Eltern und Schule stärken Kinder

Ebenfalls zum Kerngeschäft von R+ gehört das Projekt «Eltern und Schule stärken Kinder» (ESSKI), welches in Zusammenarbeit mit der PHZH, dem Institut für Familienforschung und -beratung der Uni Fribourg, der Fachstelle für Alkohol- und andere Drogenprobleme (SFA) Lausanne und den Weiterbildungsinstitutionen verschiedener Kantone lanciert wird. Ziel ist die Stärkung von Gesundheitsfaktoren bei Lehrpersonen, Schülerinnen und Schülern sowie die Stärkung der Erziehungskompetenz der Eltern.

Im Mittelpunkt steht die gezielte Förderung der personalen und sozialen Kompetenzen und Ressourcen von Schülerinnen und Schülern zur Prävention von Sucht, Aggression und Stress. Als Grundlage dient das Interventionsprogramm «Fit und stark fürs Leben», ein von der EU gefördertes Lehrmittel. «ESSKI befindet sich in der Rekrutierungsphase», erklärt Lattmann. «Wir suchen zurzeit 100 interessierte Lehre-

rinnen und Lehrer in sechs Kantonen (SH, TG, ZH, BS, BL und AG). Nach Ostern 2005 beginnt für die ausgewählten Lehrpersonen ein Weiterbildungskurs, in dem sie ihr eigenes Stress- und Ressourcenmanagement trainieren.»

Und die Eltern? «Sie werden auf der Grundlage des Erziehungsprogramms Triple P (positiv parenting program) in ihrer erzieherischen Kompetenz gefördert. Wir versuchen sie über Lehrer und Schulgemeinden zu finden. Das wird eine spannende Erfahrung sein, wieviele hier mitmachen. Es dürfte sehr von der Zusammensetzung der Klassen abhängen.» Lattmann ist zuversichtlich, er rechnet mit 40 bis 60 Prozent. Mit den Schülerinnen und Schülern startet das Programm im Oktober 05 und endet im Februar 06. Anschliessend wird es ausgewertet und je nach Resultat soll ein Lehrerhandbuch sowie ein Manual für die Zusammenarbeit mit den Eltern konzipiert werden.

Weitere Informationen zu ESSKI unter: Fachhochschule Aargau Nordwestschweiz, Pädagogik/Soziale Arbeit, Zentrum R+ Projekt ESSKI, Mischa Schönenberger, lic. phil., Stahlrain 2, 5200 Brugg, Tel. 056 462 88 06, E-Mail michaela.schoenenberger@fh-aargau.ch

Weiter im Netz

www.fh-aargau.ch
up.lattmann@fh-aargau.ch
kompez.ress@fh-aargau.ch

Weiter im Text

- Aregger K. und Lattmann U.P.: «Gesundheitsfördernde Schule – eine Utopie?», Verlag Bildung Sauerländer, Aarau, 2003, 230 S., Fr. 39.90
- Lattmann, U. P. und Rüedi, J.: «Stress- und Selbstmanagement – Ressourcen fördern», Verlag Bildung Sauerländer, 2003, 376 S., Fr. 39.90

Stressmanagement

Eine wichtige Grundregel lautet: Gestalte deinen Alltag bewusst achtsam. Achte darauf, wie du atmest, wie du isst und trinkst, wie du über dich und die Mitmenschen denkst, wie du deinen Tag gestaltest, wie du gehst usw.

- Habe ich mich heute genügend bewegt?
- Habe ich bewusst etwas in Ruhe getan/mich bewusst entspannt?
- Habe ich heute mir oder anderen etwas Positives, Angenehmes, Erfreuliches gesagt?
- Habe ich heute schon einmal (bewusst) gelächelt?
- Habe ich mich in letzter Zeit bewusst an etwas Kleinem, Unauffälligem gefreut?
- Habe ich heute schon einmal bewusst etwas mit meinen Sinnen wahrgenommen (sehen, hören, riechen, schmecken, tasten)?
- Habe ich heute schon einmal bewusst negative Gedanken in positive umgewandelt?
- Sage ich auch einmal nein, wenn alles zu viel wird oder ich das Gefühl habe, ausgenutzt zu werden?

Wählen Sie aus der oben stehenden Liste eine Verhaltensweise aus und trainieren Sie diese mehrmals am Tage während einer Woche. Führen Sie abends eine Kontrolle über Ihr Training durch. Wenn Sie diese Verhaltensweise in den Alltag integriert haben, wählen sie eine neue für Ihr Training... (Quelle: Flyer «R+ – Persönliches Stress- und Ressourcenmanagement – Einblicke»)

Und wenn Sie nur ganz wenig Zeit haben...

Der Zehn-Sekunden-Stress-Check

- Atme ich oberflächlich und kurz?
- Habe ich heute schon etwas Positives gedacht?
- Esse und trinke ich hastig?
- Habe ich mich heute schon einmal bewusst gefreut?

Inserat

Seminar Eva Brenner

für Kunst-, Mal- und Gestaltungstherapie, Biographiebegleiterin und therapeutisches Plastifizieren. – Telefon 052 722 41 41

NÄCHSTE LEKTION: SPAREN!

Lehrerinnen und Lehrern gewährt die Visana dank einer Verbandslösung einen attraktiven Rabatt

- 15 % auf den meisten Zusatzversicherungen zur obligatorischen Krankenpflegeversicherung
- für Sie, die ganze Familie oder Partnerinnen und Partner
- für Kinder im gemeinsamen Haushalt bis 25 Jahre

Lassen Sie sich beraten und verlangen Sie unverbindlich eine Offerte bei der Geschäftsstelle in Ihrer Nähe (Adressen unter www.visana.ch).

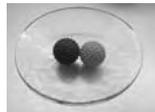


Erzähltheater *Salaam*

Die etwas andere Art, Geschichten zu erzählen. Für Ihren nächsten kulturellen (Schul-)Anlass.

Heiner Hitz, Baselstrasse 55,
4125 Riehen, Tel./Fax 061 321 63 91
Mail: hitz.salaam@freesurf.ch
www.salaam.ch

MEDIATION



MariAnne Götze

**Weiterbildung Mediation
in der pädagogischen Arbeit**
Einzelseminare
Teamsupervision
Mediation

I N S T I T U T
FÜR INTEGRALE PÄDAGOGIK UND
PERSÖNLICHKEITSENTWICKLUNG
Bollwerk 35 3011 Bern 031 311 65 61
MariAnne Götze 031 991 10 82
integralepaedagogik@bluewin.ch

Hochseeschein für Yachten (B)

Kurse in Palma de Mallorca
oder in CH 2 Wochen intensiv
während den Schulferien.

Telefon 071 845 10 60
E-Mail: info@hssg.ch

Kerzen ziehen
besinnlich und kreativ

Wachse · Dochte · Farben
Zubehör · Tipps & Ideen unter:
www.hongler.ch
hongler wachswaren · ch-9450 altstätten sg · tel 071/755 66 33

Schule für
Erwachsenenbildung
Leitung und
Führung

eduQua-zertifiziert

Informieren Sie sich über das Ausbildungsangebot der andern Schule für Erwachsenenbildung, Leitung und Führung:

- **Zertifikatsausbildung «Kursleitung»**
- **Zertifikatsausbildung «Projektleitung»**
- **Zertifikatsausbildung «Organisationsleitung»**
- Schweizerisch anerkannte **Diplomausbildung** in Erwachsenenbildung

Ausbildungsbeginn: jeweils im Januar

- Mit dem **Assessment** das schweizerisch anerkannte Diplom für Erwachsenenbildung erwerben
Beginn: 4 x jährlich
Dauer: 18 Wochen
- **Modulare Angebote** zum Ausbilder/zur Ausbilderin mit Abschluss eidg. Fachausweis

SELF
Seftigenstrasse 119
Schöneegg · 3007 Bern
Postadresse:
Postfach 324 · 3000 Bern 6
Tel. 031 370 77 77 · Fax 031 370 77 70
E-Mail: mail@self.ch · www.self.ch

RÜCKEN PROBLEME?

Wir haben die Möbel für Sie.

BÜROMÖBEL ZUM WOHLFÜHLEN

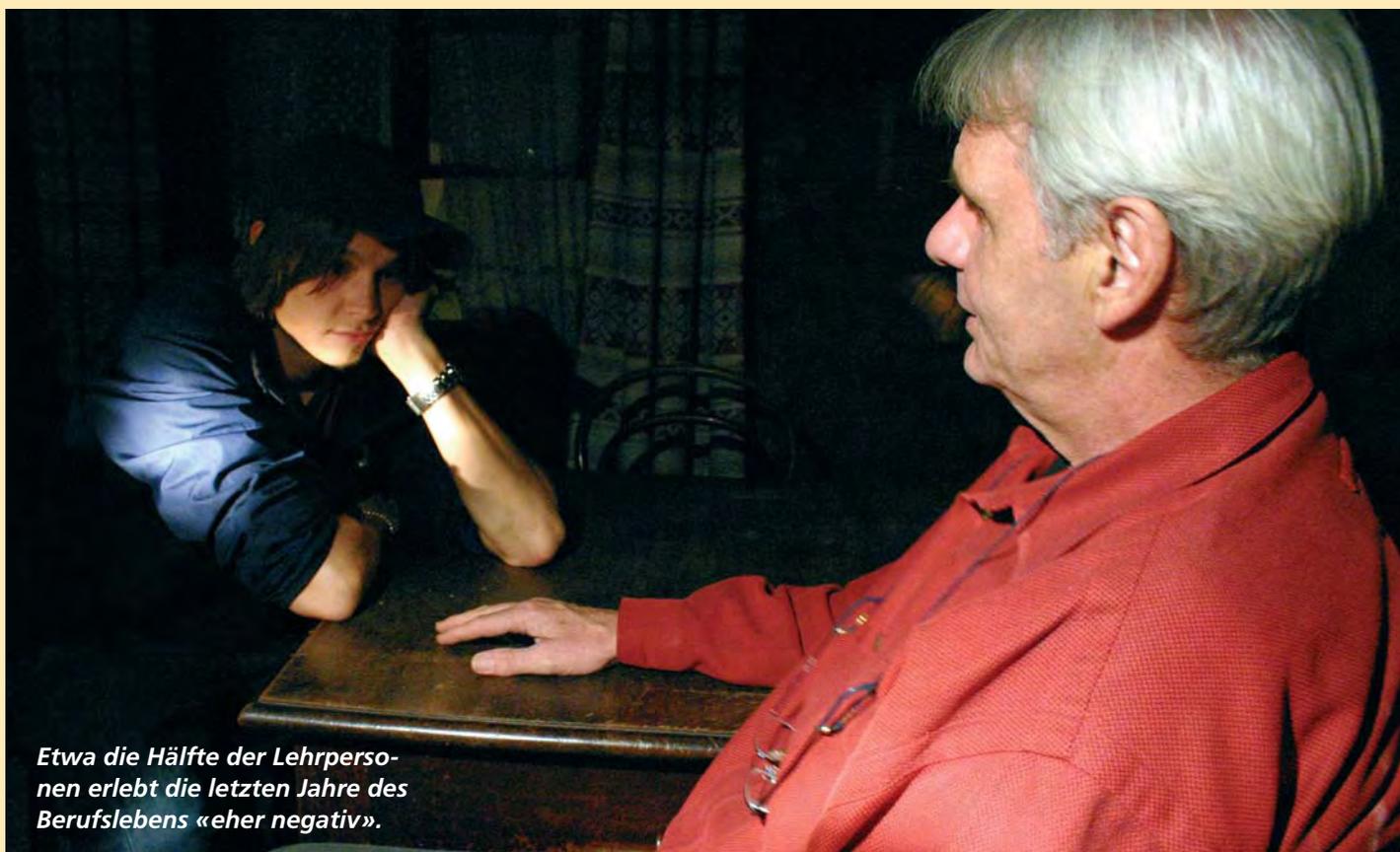
JOMA AADORF
IHR PARTNER FÜR BÜROERGONOMIE

JOMA-TRADING AG
WEIERNSTRASSE 22
CH-8355 AADORF
TEL. (052) 365 41 11
FAX (052) 365 20 51
EMAIL: INFO@JOMA.CH

WWW.JOMA.CH

«Niemand muss den Helden spielen»

40 Jahre lang die gleiche Arbeit zu machen, um am Ende unglücklich und ausgebrannt zu sein? Dieser Gedanke beschäftigt viele Lehrpersonen. Doch es geht auch anders.



Etwa die Hälfte der Lehrpersonen erlebt die letzten Jahre des Berufslebens «eher negativ».

«Wie sehe ich meine letzten Jahre? Bleibe ich nun an der gleichen Schule, im gleichen Schulzimmer, das ich schon seit 20 Jahren habe? Am gleichen Platz am Lehrerpult mit gleichem Blick hinaus durch das Fenster? Wie fühle ich mich dabei? Bin ich glücklich?» Diese Fragen stellt sich Bruno Thomas (54) aus dem Kanton Thurgau – vor allem seit er die 50 überschritten hat.

Der gebürtige Franzose leitete während einiger Jahre Weiterbildungskurse für Oberstufenlehrer in Frankreich. «In Gesprächen bekam ich den Eindruck, dass viele ältere Lehrpersonen den Beruf erleiden und erdulden», erzählt er. Daher rief er im Mitteilungsblatt des Verbandes der Thurgauer Lehrerschaft (LTG) eine «Austauschrunde ab 50» ins Leben.

Annett Jucker

«Die Idee stiess in meinem Kollegenkreis auf sehr positives Echo. Als aber die Runde zum ersten Mal stattfand, kamen nur drei Personen», berichtet

Bruno Thomas. Er vermutet, «dass viele Lehrpersonen ihre Sorgen und Ängste in den Kühlschrank stecken und sich nicht getrauen, mit anderen darüber zu sprechen». Dennoch ist er überzeugt, dass der Austausch wichtig ist. Nun bietet er als Vorstandsmitglied des LTG Austausch und Beratungen in Einzelgesprächen an.

Verbitterung oder Gelassenheit

Wie viele Lehrpersonen «erleiden und erdulden» ihren Beruf gegen Ende der Karriere? Der Pädagogikprofessor Michael Huberman führte in den achtziger Jahren in der Westschweiz eine Studie zum beruflichen Lebenszyklus von Lehrpersonen durch. Die Resultate der Untersuchung besagen, dass etwa die Hälfte aller Lehrpersonen die letzten Jahre ihrer Berufstätigkeit eher negativ erlebt. Sie empfinden Müdigkeit, Enttäuschung, Verbitterung oder Zynismus und lehnen Wandlungen im Bildungswesen und in der Gesellschaft eher ab. Aber es gibt auch die andere Hälfte: Lehrpersonen, die mit Engagement,

Selbstbewusstsein, Gelassenheit und Zufriedenheit bis zur Pensionierung unterrichten (Interviews Seite 25).

Wie dies zu erreichen ist, wollte die Lehrerschaft des Oberstufenzentrums Wichtrach (BE) vor zwei Jahren wissen: «In unserem Team arbeiten viele Lehrpersonen im Alter zwischen 40 und 50. In den Pausen sprachen wir immer wieder über das Älterwerden und die Schwierigkeiten und Ängste, die damit verbunden sind», erzählt Schulleiter Thomas Lanz. Vor zwei Jahren entschloss sich das Team daher für eine Weiterbildung zum Thema «Im Lehrberuf älter werden».

Unter der Leitung von Urs Gfeller, dem Leiter der Beratungsstelle für Lehrpersonen der Erziehungsdirektion des Kantons Bern, befasste sich das Team an zwei Nachmittagen mit «Berufsphasen und Selbstdefinition».

Die Erkenntnisse aus der Forschung zu den Berufsphasen von Lehrpersonen sind wichtig für das Verständnis der unterschiedlichen Entwicklungen von Lehrkarrieren. Das Stichwort «Selbstde-

«Wie sehe ich meine letzten Jahre? Bleibe ich nun an der gleichen Schule, im gleichen Schulzimmer, das ich schon seit 20 Jahren habe? Am gleichen Platz am Lehrerpult mit gleichem Blick hinaus durch das Fenster? Wie fühle ich mich dabei? Bin ich glücklich?»



Wer sich und seine Grundsätze selbst definiert, wird weniger von aussen definiert.

finition» fasst Gfellers Vorschlag für einen möglichen Weg zu einem erfolgreichen Abschluss der Berufstätigkeit zusammen.

Laut Gfeller erleben die meisten Lehrpersonen die Berufsphasen der ersten sechs bis acht Jahre ähnlich. Berufseinsteigerinnen und -einsteiger sind im ersten Klassenzug vor allem mit sich selbst beschäftigt, es geht um das «Überleben» im Beruf. In den folgenden drei bis vier Jahren konzentrieren sich Lehrpersonen dann schwerpunktmässig auf die Unterrichtsgestaltung und die Beherrschung der Unterrichtssituation. Wer bis zu diesem Zeitpunkt besteht, verfügt über Regeln und Handlungswissen, die gewährleisten, dass der Unterricht «läuft».

In diesen ersten Jahren sind die meisten Lehrpersonen stark nach aussen orientiert. Junge Lehrkräfte suchen Bestätigung über das positive Feedback der Schülerinnen und Schüler, der Eltern und des Kollegiums. Oft verausgaben sie sich dabei und wollen es allen recht machen. «Das hält kein Mensch 40

Jahre lang aus. Darum muss man langfristig gesehen innerlich «ja» zu sich und seinem Beruf sagen und darf die Motivation nicht im Aussen suchen», sagt Gfeller.

Von der Irritation zur Opferrolle

Häufig «plätschert» laut Gfeller nach etwa acht Jahren die Lehrtätigkeit aufgrund der gewonnenen Routine «vor sich hin». Bis zum Moment, wo «leise Irritationen» von aussen die bisherige Tätigkeit in Frage stellen: eine schwierige Klasse, Reformen im Bildungswesen oder Eltern mit übersteigerten Ansprüchen.

Wie diesen Irritationen zwischen dem 8. und 18. Berufsjahr begegnet wird, ist gemäss Gfeller entscheidend für die Art und Weise, wie die Berufstätigkeit gegen Ende der Karriere erlebt wird. Wer nach wie vor versucht, es allen recht zu machen, fühlt sich je länger je mehr fremdbestimmt und als Opfer. Ansprüche von aussen werden mit der Zeit als Zumutung empfunden und aus Selbstschutz oft kategorisch abgelehnt. Die

von Huberman beobachteten Gefühle der Verbitterung und Enttäuschung in den letzten Berufsjahren sind die Folge. Wer jedoch Ansprüchen von aussen mit eigenen Grundsätzen und Haltungen begegnet, fährt besser. «Wer sich selbst definiert, wird nicht von aussen definiert», lautet Gfellers Merksatz. Erst mit einer gewissen Erfahrung ist es möglich, einzuschätzen, was einem beim Unterrichten wirklich wichtig ist, was man leisten will und auch kann. Wer sich gegenüber den Lernenden und ihren Eltern klar definiert, wird von ihnen viel weniger angegriffen, selbst wenn sie andere Auffassungen haben.

«Wesentlich werden»

Was bedeutet Lernen und Lehren für mich? Was ist mir wichtig für das Zusammenleben? Welche Ansprüche habe ich an die Lernenden und ihre Eltern? Wie sehe ich meine eigene Rolle? Mit diesen Fragen beschäftigten sich die Lehrpersonen in Wichtrach. Bei dieser Selbstdefinition ging es nicht darum, einen Katalog von vielen wohl-

klingenden Sätzen – wie man sie oft in Leitbildern findet – zu erstellen. Vielmehr versuchten die Teilnehmenden sich auf das zu konzentrieren, was für sie persönlich wesentlich ist.

«Wenig Gutes ist besser als viel Gutgemeintes», erklärt Gfeller, der seine Ratschläge gerne in griffige Sätze packt. «Älter werden heisst wesentlich werden» lautet ein weiterer.

Sich mit dem Älterwerden auf das Wesentliche zu konzentrieren heisst für ihn nicht nur Prioritäten zu setzen, sondern auch Zugang zu dem zu finden, was dem eigenen Wesen entspricht. So gelingt es besser, sich gegenüber Ansprüchen von aussen abzugrenzen, eine gesunde Distanz zu finden. Gfeller empfiehlt, die persönlichen pädagogischen Grundsätze gegenüber Eltern und Schülerinnen und Schülern von Beginn an klar zu deklarieren. «Das sind Themen für Elternabende; über Klassenlager und Schulreisen kann man auch schriftlich informieren», meint er.

Geschärfter Blick

Das Nachdenken über die Berufsphasen und der Austausch von Erfahrungen und Gedanken waren für Wichtrachs

Schulleiter Thomas Lanz sehr wertvoll. «Wenn man nicht über solche Dinge spricht, ist die Gefahr gross, dass man alles in sich hineinfrisst und in die Opferrolle fällt. Dann ist es plötzlich für jede Hilfe zu spät», meint er.

Ältere Lehrpersonen, die nicht in die Opferrolle fallen, sind kostbare Stützen für ein Schulhausteam. «Durch ihre Erfahrung und Gelassenheit können sie Halt geben. Ihr Blick für die Probleme der Jugendlichen ist geschärft und sie können besser zwischen Wichtigem und Dringendem unterscheiden», meint Lanz. Das ist entscheidend in Zeiten, wo eine Schulreform die andere jagt und vieles dringend scheint, aber nicht alles wirklich wichtig ist.

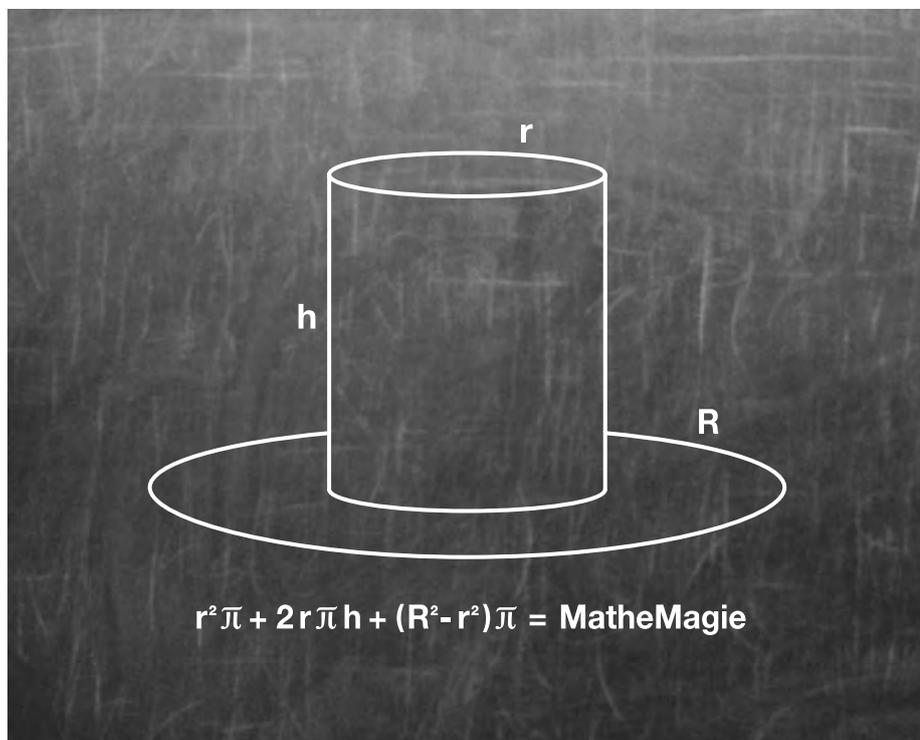
Die Weiterbildung in Wichtrach setzte gemäss Thomas Lanz wichtige Impulse. «Der Austausch zeigte, dass alle im gleichen Boot sitzen, es muss also niemand den Helden spielen.» Lanz ist eine «Kultur des Hinschauens» wichtig: «Jeder hat einmal persönliche Krisenmomente. Ältere Lehrpersonen haben oft das Gefühl, sie müssten – gerade aufgrund ihrer Erfahrung – mit allem selbst zurechtkommen. Durch die Weiterbildung haben wir einen gemeinsamen Bezugs-

punkt, eine gemeinsame Basis für Gespräche über die Schwierigkeiten beim Älterwerden und können einander so gezielt unterstützen.»

Lehrerberater Gfeller provoziert seine Klienten manchmal mit dem Satz «love it or change it or leave it». Laut Gfeller muss selbst aktiv werden, wer sich im Beruf nicht wohl fühlt. «Man darf nicht in der Opferrolle verharren und alle anderen für das eigene Unglücklichsein verantwortlich machen. Wenn das nicht gelingt, muss man die Konsequenzen ziehen und den Beruf wechseln. Sonst wird man krank», erklärt der Psychologe. Die doch bedenklich hohe Zahl an Lehrpersonen, die das Ende ihrer Karriere eher negativ erleben, lässt sich vielleicht mit einem der griffigen Sätze von Gfeller erklären: «Viele Menschen ziehen das bekannte Leiden dem unbekanntem Glück vor.»

Weiter im Text

Huberman, Michael: Der berufliche Lebenszyklus von Lehrern. In: Terhart, Ewald: Unterrichten als Beruf, Wien: Böhlau, 1991. (Kopie mit Nebis-Bibliothekskarte bei FH Aargau, ZB Zürich bestellbar)



Die Zauberformel. 60 x anfassbare Mathematik im Sektor «MatheMagie».

Hier wird die Meinung, dass der Spass aufhört, wo die Mathematik anfängt, nachhaltig aus den Köpfen subtrahiert. Anstelle abstrakter Geistesakrobatik addieren sich verblüffende Aha-Erlebnisse an rund sechzig interaktiven Experimentierstationen zum mathematischen Totalereignis.

Aufgepasst: Schnupperbesuch für Lehrkräfte an jedem ersten Mittwoch im Monat ab 12 Uhr; mit Einführungsvortrag, Gespräch von 17 bis 18 Uhr. Mit Schulbescheinigung gratis.

Shop und Selbstbedienungsrestaurant.
Auskunft: **Tel. +41 (0)52 244 08 44**

www.technorama.ch

Wer zugreift, begreift. Das Technorama ist die einzigartige Wissenschaftsarena Europas. Mit über 500 lehrreichen Phänomenen, die zum Zugreifen animieren. Damit Gross und Klein spielerisch begreifen, was die Welt zusammenhält.

Dienstag bis Sonntag von 10 bis 17 Uhr, an Feiertagen montags geöffnet
SBB Oberwinterthur (S12 oder S29) oder HB Winterthur und Bus 5 oder
A1 Ausfahrt Oberwinterthur (72), Technoramastrasse 1, 8404 Winterthur

THE SWISS
TECHNORAMA
SCIENCE CENTER

«Ohne feu sacré geht es nicht»

Annett Jucker sprach für BILDUNG SCHWEIZ mit drei Lehrpersonen aus Appenzell Ausserrhodens über das Älterwerden im Lehrberuf.

Auch heute noch Traumberuf



Jacqueline Raymann, 57, Unterstufe, Trogen

Seit ich selbst Kinder habe, bringe ich mehr Verständnis auf für die Schülerinnen und Schüler und ihre Eltern.

Ich bin toleranter

und gelassener geworden, das macht das Unterrichten einfacher. Überhaupt hat das Älterwerden viele Vorteile. Man ist zum Beispiel glaubwürdiger, die Eltern hinterfragen nicht jede Kleinigkeit. Für mich ist das Unterrichten kein «Müssen», sondern ein «Wollen», ich denke, darum gefällt es mir auch so gut. Natürlich hat sich im Berufsalltag in den letzten 35 Jahren viel verändert. Zum Beispiel haben die Eltern heute riesige Erwartungen an die Entwicklung ihres Kindes. Klar möchte ich es allen recht machen, aber mit 27 Kindern in der Klasse geht das nicht immer. Wenn dann einmal Kritik kommt, dann beschäftigt mich das, aber das geht jüngeren Lehrpersonen ja nicht anders.

Vor einiger Zeit hat unser Schulhaus einen Beamer angeschafft. Bei diesen Dingen denke ich zu Beginn manchmal «Das brauchst du doch nicht». Aber wenn ich mich nach einer Weile doch damit befasse, bekomme ich meist Freude daran. Auf die Pensionierung freue ich mich, weil ich viele Ideen und Projekte habe. Aber manchmal denke ich «dieses Thema machst du vielleicht zum letzten Mal» und dann werde ich schon ein bisschen wehmütig. Ich unterrichte halt immer noch wirklich gerne. Lehrerin zu sein, war schon als Kind mein Traumberuf und ich würde ihn auch heute sofort wieder wählen.

Ältere Lehrpersonen sind oft belastbarer



Elsi Hohl, 57, Mittelstufe, Trogen

Ich möchte bis zur Pensionierung unterrichten, denn unser Beruf hat viel Schönes. Wenn ich zum Beispiel am Morgen in die Schule komme

und die Kinder mir mit freudiger Erwartung begegnen, beglückt mich das noch immer. Mir ist es sehr wichtig, dass sich die Kinder in der Schule wohl fühlen. Auch ihre Sorgen und Ängste sollen Platz haben. Durch das Älterwerden kann ich damit besser umgehen. Ich habe heute viel mehr Vertrauen, dass sich bei einem Kind oft vieles zum Positiven wendet, selbst wenn gewisse Umstände nicht ideal scheinen. Heute kann ich auch leichter Stellung beziehen, wenn Eltern mit Problemen zu mir kommen. Mit dem Älterwerden habe ich Ressourcen gefunden und weiss besser, wo und wie ich wieder auftanken kann. Manchmal scheint mir, dass ältere Lehrpersonen fast belastbarer sind als jüngere, weil sie über mehr Erfahrung und Routine verfügen.

Ich würde den Lehrberuf wohl trotz allem nicht mehr wählen. Es gibt Tage, an denen ich mehr Sozialarbeiterin als Lehrerin bin. In meinen Klassen beobachte ich, dass bei immer mehr Kindern die Konzentrationsfähigkeit und der Durchhaltewillen von Jahr zu Jahr abnehmen. Auch die Schulentwicklung macht mir Sorgen. Laufend werden neue Ideen und Reformprojekte geboren. Die Ideen sind ja meistens gut, aber die Umsetzung wird an den Schreibtischen zu wenig bis ins Detail und mit allen Konsequenzen durchdacht. Wie soll ich zum Beispiel in einem voll integrierten Schulsystem bei einer Klassengrösse bis zu 28 Schülerinnen und Schülern jedem Kind gerecht werden? Meiner Meinung nach wird heute viel Energie in die Bürokratie und in Äusserlichkeiten, wie zum Beispiel überall schöne Logos, gesteckt. Trotzdem spüre ich noch immer das feu sacré. Das ist sehr wichtig in unserem Beruf. Wer das nicht in sich hat, der muss aufhören.

Lehrpersonen = geduldete Clowns?



Heinz Naef, 57, Oberstufe, Phil. II, Speicher

Obwohl ich sehr gerne Schule gebe, freue ich mich auf die Pensionierung und darauf, noch etwas Neues anzupacken. Was ich heute mache, ist

teilweise ein anderer Beruf, als der, den ich vor knapp 35 Jahren erlernt habe. Es muss zum Beispiel immer etwas Spezielles laufen, seien das Sondertage, Projektwochen oder sonstige Events. Die Schülerinnen und Schüler müssen besonders animiert und motiviert werden, weil sie sich weniger lange konzentrieren können als früher. Ich komme mir manchmal fast als Unterhalter vor. Das belastet mich zeitweise. Gleichzeitig bin ich aber auch froh, mehr Möglichkeiten für einen vielfältigen Unterricht zu haben. Mich beschäftigt auch das sinkende Ansehen der Lehrpersonen. Wir werden oft nicht als Experten in unserem Beruf wahrgenommen, Eltern zweifeln an unseren pädagogischen Fähigkeiten und an unserem Wohlwollen gegenüber ihren Kindern. Manchmal frage ich mich, ob wir Lehrpersonen eine Art geduldete Clowns sind.

Einiges gelingt mir heute auch besser als früher. Bei gewissen Unterrichtsvorbereitungen habe ich durch Routine und Erfahrung etwas weniger Aufwand, auch wenn ich mir immer wieder überlege, wie ich etwas besser machen könnte. Gegenüber Reformen und Neuerungen empfinde ich heute eine gewisse Gelassenheit, vielleicht sogar eine innere Distanz. Was aber nicht heisst, dass ich mich nicht gerne einsetze für Projekte, die mir sinnvoll erscheinen. Ich spüre aber auch, dass man nicht mehr so beweglich ist wie früher und mehr Erholungszeit braucht. Wenn ich die Power von jüngeren Lehrpersonen sehe, frage ich mich manchmal, ob wir Älteren etwas festgefahren oder manchmal gar Bremser sind.

Suchtprobleme sind Chefsache

Vorgesetzte sind im Umgang mit alkoholkranken Lehrpersonen oft überfordert und schieben das Problem ab. Konzepte im Rahmen eines Gesundheitsmanagements sollen Abhilfe schaffen.

Dieter* ist Oberstufenlehrer und spricht heute offen über seine Alkoholsucht. Lange Zeit war das nicht so: «Ich habe vieles ignoriert – bis es zum totalen Zusammenbruch kam.» Während Jahren suchte Dieter nach Schulschluss schnurstracks seine Stammbaar auf, wo er sich den Frust von der Seele getrunken hat. «Ich hangelte mich während etwa 5 Jahren von freiem Tag zu freiem Tag. Während der Woche trank ich, bis ich einen schönen «Säusel» hatte. Am Wochenende kam es regelmässig zum Vollarsturz.»

Annett Jucker

Suchtexperten schätzen, dass fünf bis elf Prozent aller Angestellten Suchtprobleme haben. Es gibt keinen Grund anzunehmen, dass die Quote bei Lehrpersonen tiefer liegt. Risikofaktoren sind laut Sonia Marti vom Departement Beratung und Schulentwicklung der Pädagogischen Hochschule Zürich (PHZH) der Stress und der kulturelle Wandel, welchem Lehrpersonen ausgesetzt sind.

Dieter kämpfte vor allem mit der teilweisen Verwahrlosung seiner Schülerinnen und Schüler: «Nicht Unterrichten, sondern Erziehen steht im Zentrum der Arbeit.» Daraus resultierte Stress und Berufsunzufriedenheit. «Der Stress war nicht der Auslöser für meine Sucht», sagt Dieter, «aber er hat sicher seinen Teil zum Suchtverhalten beigetragen. Oft dachte ich, wenn ich einen anderen Job hätte, wäre es vielleicht nicht so schlimm.»

Bei Verdacht: Ansprechen

Seine Kolleginnen und Kollegen haben nichts von Dieters Problemen bemerkt: «Ich war sehr angepasst und versuchte, möglichst keine Angriffsfläche zu bieten.» Diese Verhaltensweise ist gemäss Verena Ulrich, ebenfalls Beraterin an der phzh, für Alkoholkrankende bezeichnend. Gerade der hohe Grad an Anpasstheit macht es für Aussenstehende in einer ersten Phase schwierig, die Symptome wahrzunehmen. Hinzu kommt, dass Alkoholsucht ein Tabuthema ist und sich die Grenzen zwischen Genuss und Sucht teilweise schleichend verschieben.

Taucht der Verdacht auf Alkoholprobleme bei einem Teammitglied jedoch auf, ist es laut Ulrich wichtig, diesen auch anzusprechen. Das einmalige Ansprechen löst die Probleme noch lange nicht. Es ist daher notwendig, immer wieder nachzuhaken. Nebst diesem kollegialen Nachfragen, Anstossen und Anteilnehmen braucht es für einen erfolgreichen Ausstieg aber ganz konkrete Schritte, welche konsequent befolgt werden. Meist gelingt dies gemäss Ulrich nur unter einem bestimmten Druck. Suchtprobleme von Lehrpersonen sind daher ein Führungsthema.

Gerade in Sachen Personalführung bei Suchtproblemen ortet Ulrich im Bildungswesen aber Schwachstellen. Die Laienbehörden sind oft überfordert. Lehrpersonen mit Suchtproblemen wird unter Angabe von anderen Gründen gekündigt, das Problem findet seine Fortsetzung in einer nächsten Gemeinde.

Beizug von Fachpersonen

Die Einführung von Schulleitungen und die sorgfältige Führung der Organisation Schule könnte hier allenfalls Abhilfe schaffen. Damit dies gelingt, müssen sich Schulleitungen gemäss Sonia Marti mit Gesundheitsmanagement auseinandersetzen. Schulen brauchen Konzepte für den Umgang mit Risikogruppen und eine Schulhauskultur, die es möglich macht, Probleme anzusprechen und sich gegenseitig zu helfen. Um ein Teammitglied beim Ausstieg aus der Sucht zu unterstützen, ist der Beizug von Fachpersonen auch für Schulleitungen unabdingbar.

Dieter hat den Ausstieg ohne Druck der Schulpflege in Angriff genommen. Vor einem Jahr erreichte er den absoluten Tiefpunkt. «Ich trank bereits am Morgen vor dem Unterricht – Wodka – weil man den weniger riecht.» In den Sommerferien kam es zum körperlichen Zusammenbruch. Um von seiner Sucht loszukommen, hat sich Dieter selbst in eine Klinik einweisen lassen.

*Name von der Redaktion geändert



Foto: Tommy Furrer

Die Grenzen zwischen Genuss und Sucht sind fließend.

Beratung und Weiterbildung

Suchtberatungsstellen, aber auch Beratungsstellen für Lehrpersonen unterstützen nicht nur Süchtige selbst, sondern auch Arbeitskolleginnen und -kollegen von Alkoholkranken. Verschiedene dieser Stellen bieten für Führungskräfte und Interessierte auch Kurse im Bereich «Gesundheitsmanagement» an. Die Schweizerische Fachstelle für Alkohol- und andere Drogenprobleme (SFA), Telefon 021 321 29 11, gibt Auskunft über regionale Angebote.

Weiter im Netz: www.sfa-isp.ch

Aids in Afrika – und was uns das angeht

Die DVD «Steps for the Future» beleuchtet den Alltag von Aidskranken in Afrika. Gleichzeitig bietet sie Anknüpfungspunkte zur Lebensrealität der Schülerinnen und Schüler in der Schweiz.

«He, das ist mein Präservativ!» ruft der Junge und rauft sich mit seinen Freunden um den Ball. Ein Kondom als Fussball?! In Mosambik sind echte Fussbälle Mangelware. Dafür sind Präservative für ein Sackgeld zu haben. Aufgeblasen, in Lumpen eingepackt und mit einem Faden umwickelt, ergeben sie wunderbare Kickobjekte! Ob die Jungen den eigentlichen Zweck eines Kondoms wohl kennen?

«Der Ball» ist einer von acht Filmen auf der DVD «Steps for the Future», welche den Alltag im südlichen Afrika im Zeichen von Aids beleuchtet. Die Geschichte vom Präservativ als Fussball liefert einen unerwartet witzigen Zugang zu diesem ernsten Thema.



Foto: zVg.

Karin Mader,
Stiftung Bildung und Entwicklung

Vom Präservativ zum Fussball – witziger Zugang zu einem ernsten Thema.

Auch die übrigen sieben Filme auf der DVD sind alles andere als schwermütig. Sie zeigen vielmehr den vielfältigen Umgang mit Aids und die Lebensfreude und Kreativität, welche die Menschen trotz ihrer Krankheit noch haben.

Da ist zum Beispiel Simon in Namibia: Selbst HIV-positiv, stellt er aus Pappmaché billige Säрге her für die zahlreichen Aids-Verstorbenen seiner Kirchengemeinde und trägt so zum Lebensunterhalt der Überlebenden bei.

Kampf mit Tabus und Pharmaindustrie

Anhand des Schicksals des Goldminenarbeiters Joaquim wird aufgezeigt, wie stark in der traditionellen Gesellschaft Vorurteile und Tabus zum Thema Aids verankert sind: Als er nach vielen Jahren im Ausland HIV-positiv zu seiner Frau zurückkehrt, erwartet seine Familie von ihm weitere Nachkommen. Wenn Joaquim seine Frau nicht anstecken will, muss er die Verwandten über seine Krankheit aufklären.

Auch die weltweiten Zusammenhänge der Aids-Misere in südlichen Ländern werden in den Filmen thematisiert. Zum Beispiel durch Zackie Achmat. Der

populäre Anti-Apartheidskämpfer – homosexuell und selbst HIV-positiv – hat den Kampf gegen die Pharmaindustrie aufgenommen, um zu erreichen, dass antivirale Medikamente für alle Menschen Südafrikas kostenlos zugänglich werden.

Zum Nachdenken anregen

Der Film bietet viele Anknüpfungspunkte für den Unterricht: «Wie gehen Menschen in Afrika mit ihrer Sexualität um? Was wissen Jugendliche hier über das Thema HIV/Aids? Wie integrieren wir Tod und Krankheit in unser Leben? Welchen Stellenwert hat die Gemeinschaft in Afrika? Was bedeutet Solidarität für Jugendliche in der Schweiz? Welche politischen und wirtschaftlichen Zusammenhänge tragen zur Verbreitung von Aids in Afrika bei? Wie ist das bei uns? Welche Rolle spielen internationale Interessen?»

Anhand der Filme und aufgrund des pädagogischen Begleitmaterials werden Schülerinnen und Schüler angeleitet, über ihre eigenen Lebensumstände nachzudenken, globale Zusammenhänge zu erkennen und sich nach Möglich-

keit verantwortungsvoll zu verhalten gegenüber ihren Mitmenschen in der Schweiz wie auch in anderen Weltregionen.

Die DVD eignet sich aufgrund ihres vielfältigen Themenzugangs für verschiedene Unterrichtsfächer (Geographie, Geschichte, Wirtschaft, Staatskunde, Religion), aber auch für den fächerübergreifenden Unterricht, z.B. zu Fragen der Gesundheitserziehung, der Menschenrechte oder der Globalisierung.

«Steps for the Future. Alltag im südlichen Afrika im Zeichen von HIV/Aids», DVD mit umfangreichen Unterrichtsmaterialien, deutsch und französisch, ab 12 Jahren.

Herausgeber: Filme für eine Welt, 2003. Preis: Fr. 60.– (Fr. 100.–, inkl. Verleihrechte)

Erhältlich bei der Stiftung Bildung und Entwicklung, Monbijoustrasse 31, 3011 Bern; Tel. 031 389 20 21, Fax 031 389 20 29, E-Mail: verkauf@bern.globaleducation.ch www.globaleducation.ch

- Systemische Leitlinien
- Lösungs- und Ressourcenorientierung
- Ganzheitliche Arbeitsweisen
- Fokus auf Naturerfahrung

20 Jahre Erfahrung
und Kompetenz in
handlungsorientierten
Bildungsangeboten



Ausbildung Systemische Naturtherapie
Zusatzausbildung in prozessorientiertem Systeme-Stellen, Naturerfahrung und rituelle Strukturen

Diplomlehrgang systemische Erlebnispädagogik
«kreativ-rituelle Prozessgestaltung»
Das Buch zu diesem Lehrgang: «Wagnisse des Lernens» (Haupt-Verlag)

Ausbildung zum Outdoor Guide
Das Buch zu diesem Lehrgang: «Handbuch für Outdoor Guides» (Ziel-Verlag)

und weitere Angebote über:

planoalto
Institut für systemisches Handeln

Wartensee, CH-9404 Rorschacherberg
Tel: +41 71 855 33 02
Mail: info@planoalto.ch
www.planoalto.ch

STAPFERHAUS LENZBURG

Kurs Kulturmanagement

praxisnah
projektorientiert
berufsbegleitend

Beginn:	14. Januar 2005
Dauer:	15 Tage, bis 24. September 2005
Ort:	Stapferhaus Lenzburg, Schloss 5600 Lenzburg
Kurskosten:	Fr. 4300.–
Anmeldeschluss:	25. Oktober 2004
Informationen:	www.stapferhaus.ch/kurse Telefon 062 888 48 00 info@stapferhaus.ch



OBERSTUFENZENTRUM BÜNT
WALDKIRCH - BERNHARDZELL

Die Zukunft unserer Schule – die geleitete Schule

Waldkirch im Kanton St. Gallen, eine Gemeinde mit 3200 Einwohnerinnen und Einwohnern, sucht infolge Rücktritt der derzeitigen Stelleninhaber auf Beginn des Schuljahres 2005/2006

einen Schulleiter/eine Schulleiterin 50%-Pensum

Unsere Schule umfasst im Moment 18 Lehrpersonen, 190 Schülerinnen und Schüler und führt die beiden Abteilungen Real- und Sekundarschule. Auf 2005/06 wird die pädagogische Schulleitung und zudem eine integrative Fördergruppe eingeführt.

Sie finden bei uns

- eine motivierte Lehrerschaft
- moderne Infrastrukturen
- die Möglichkeit, die geschaffene Schulleitungsstruktur weiterzuentwickeln
- fortschrittliche Anstellungsbedingungen

Sie bringen mit

- Lehrerdiplom und mehrjährige Lehrererfahrung
- abgeschlossene Schulleiterausbildung oder in Ausbildung zum Schulleiter/zur Schulleiterin
- Führungserfahrung und Organisationstalent
- Kommunikations- und Teamfähigkeit
- Belastbarkeit und Durchsetzungsvermögen

Ihre Hauptaufgaben sind

- operative Führungsverantwortung für die Schule
- personelle Führung der Schule
- Vertretung der Schule gegenüber der Behörde und nach aussen
- Teilpensum Unterricht

Wir freuen uns auf Ihre Bewerbung mit Foto, Handschriftenprobe und den üblichen Unterlagen bis zum **1. November 2004** an den Schulratspräsidenten: Dr. med. Thomas Ammann, Heldstr. 17, 9205 Waldkirch. Der Schulratspräsident (Tel. 071 433 15 13) und der Schulleiter Heinrich Schlittler (Tel. 071 433 25 53) erteilen Ihnen gerne Auskunft.

Wir führen an unserer Oberstufe die integrative Schulungsform mit Fördergruppe ein.

Um unser Team zu vervollständigen, suchen wir auf Beginn des Schuljahres 2005/06

eine Schulische Heilpädagogin oder einen Schulischen Heilpädagogen (50%-Pensum)

Wir bieten

- ideale Rahmenbedingungen in einer modernen Schulanlage mit überschaubarer Grösse
- Festanstellung mit der Möglichkeit, das Teilpensum allenfalls auszubauen

Wir erwarten

- eine anerkannte heilpädagogische Ausbildung oder die Bereitschaft, diese zu absolvieren
- eine motivierte, verantwortungsbewusste Persönlichkeit
- Flexibilität und Offenheit
- Teamfähigkeit

Für Fragen steht Ihnen Herr Christian Spirig (Schulleitung), Telefon 071 433 15 33 gerne zur Verfügung. Ihre Bewerbungsunterlagen senden Sie bitte bis **15. November 2004** an unseren Schulratspräsidenten Herrn Thomas Ammann, Heldstrasse 17, 9205 Waldkirch.

Spielpädagogisches Intensivseminar

Am 1. November 2004 beginnt das nächste Spielpädagogische Intensivseminar (SPS 19), welches die Akademie für Spiel und Kommunikation in Brienz anbietet. Seminarleiter Hans Fluri umschreibt die Zielsetzung: «Die Teilnehmenden sollen befähigt werden, mit vielen Anwendungsmöglichkeiten aus der Vielfalt des Spiels in ihren Alltag zurückzukehren. Sie sollen das Spiel als wichtigen Beitrag für eine gesunde Entwicklung des Menschen von der Geburt bis ins Alter erkennen, erleben und umsetzen lernen.» Die Absolventinnen und Absolventen des SPS erhalten das Diplom als Spielpädagoge/Spielpädagogin. Das Seminar dauert bis 28. Januar 2005 und umfasst drei Arbeitswochen und drei Intensivwochen. Info und Anmeldung: Akademie für Spiel und Kommunikation, 3855 Brienz, Fax 033 951 35 88, ask.brienz@bluewin.ch, www.play-do.com

Eros, Sinnlichkeit, Werte

Eine öffentliche Tagung zum Thema «Eros, Sinnlichkeit und Werte in Partnerschaften und Beziehungen» findet am 7. November 2004 (09.15 – ca. 18 Uhr) im Ausbildungsinstitut für Ganzheitliche Therapien IKP in Bern statt. Es geht um Präsentationen der Aus- und Weiterbildungsangebote sowie des Therapieansatzes in Atemtherapie, psychologischer und ernährungspsychologischer Beratung IKP und Psychotherapie IKP. Die Teilnahme ist für alle Interessenten an diesem Thema oder einer Weiterbildung möglich. Ausbildungsinstitut für Ganzheitliche Therapien IKP, Kanzleistrasse 17, 8004 Zürich und Stadtbachstrasse 42a, 3012 Bern, Telefon 01 242 29 30/031 305 62 66 www.ikp-therapien.com

Kollegiale Beratung setzt Ressourcen frei

Kollegiale Beratung ist eine Möglichkeit, konkrete Praxisprobleme des Berufsalltags in einer Gruppe Gleichrangiger zu reflektieren und gemeinsam Lösungen zu entwickeln. Kollegiale Beratung – auch Intervision genannt – kann als Hilfe zur Selbsthilfe verstanden werden. Zusätzlich fördert sie berufliche wie persönliche Qualifikationen. Die kollegiale Beratung folgt einem festen Ablauf. Sie erfolgt gezielt und systematisch statt zufällig und spontan, wie dies oft bei «Beratungen zwischen Tür und Angel» geschieht. In regelmässigen Sitzungen kommt die Gruppe zusammen, und die einzelnen Mitglieder beraten sich wechselseitig bei beruflichen Problemen. Dabei sind alle Teilnehmenden aktiv an der Beratung beteiligt. Die Rollen werden bei jeder Fallbesprechung neu verteilt, so dass alle Gruppenmit-

glieder wechselnd jede Rolle einnehmen. Neuere Forschungsergebnisse belegen, dass das Lernen in der Peer-Group eine äusserst motivierende und wirksame Art des Lernens darstellt. Weitere Informationen bei Olivier Inhelder, www.kollegiale-beratung.ch

Didgeridoo im Unterricht und als Therapie

Roland Hutner, Didgeridoo-Instruktor, Massieur und Klangtherapeut, bietet für Lehrkräfte und Kollegen ein Didgeridoo-Basisseminar für 3 Tage (Wochenend-Seminar) in einem kleinen Wellness-Hotel bei Reutte/Tirol an. Das traditionelle australische Didgeridoo ist das älteste Musikinstrument der Erde und eignet sich für Meditation, Pädagogik und Therapie. Der Besuch eines Didgeridoo-Basisseminars ermöglicht es Pädagogen lang anhaltend ihre Atmung zu verbessern und Stress zu bewältigen und das Wissen darüber auch an Schülerinnen und Schüler weiterzuvermitteln. www.didgeridoo-seminare.de

Familien kaufen günstig ein

Seit Mitte Juni ist www.scoolio.ch auf dem Markt. Das junge Unternehmen bietet Familien-Haushalten seit Mitte Juni 2004 die Möglichkeit, Markenprodukte zu Tiefpreisen online einzukaufen. Das klare, auf die Bedürfnisse dieser Zielgruppe zugeschnittene und überschaubare Produktesortiment erleichtert die Auswahl. Das Sortiment umfasst im Wesentlichen die gängigsten, besonders für den Privatgebrauch geeigneten PCs, Notebooks, diverse (Lern-)Software, Drucker (Laser und Tintenstrahl), Monitore, Digitalkameras und Unterhaltungselektronik von renommierten Herstellern usw. Informationen und Bestellung: www.scoolio.ch

Gratis ins IMAX

Am 20. Oktober sind LCH-Mitglieder gratis eingeladen zu einem Spezialprogramm im IMAX-Kino im Verkehrshaus Luzern.

Info und Anmeldung via www.lch.ch oder mit dem Talon aus BILDUNG SCHWEIZ 10/04.

Einige der 400 für LCH-Mitglieder reservierten Plätze sind noch frei. Melden Sie sich sofort an, um diesen «Teacher Special» nicht zu verpassen.

Impressum

BILDUNG SCHWEIZ erscheint monatlich
BILDUNG SCHWEIZ-Stellenanzeiger erscheint in allen Ausgaben sowie nach Bedarf separat;
149. Jahrgang der Schweizer Lehrerinnen- und Lehrerzeitung (SLZ)

Herausgeber/Verlag

Dachverband Schweizer Lehrerinnen und Lehrer (LCH)

- Beat W. Zemp, Zentralpräsident, Erlistrasse 7, 4402 Frenkendorf
E-Mail: beat.w.zemp@lch.ch
 - Urs Schildknecht, Zentralsekretär
E-Mail: u.schildknecht@lch.ch
 - Anton Strittmatter, Leiter Pädagogische Arbeitsstelle LCH, Jakob-Stämpflistr. 6, 2504 Biel-Bienne
E-Mail: a.strittmatter@lch.ch
- Zentralsekretariat/Redaktion:
Ringstrasse 54, 8057 Zürich
Telefon 01 315 54 54 (Mo bis Do 8.00 bis 12.00 und 13.30 bis 16.45 Uhr, Fr bis 16.00 Uhr)

Redaktion

- Heinz Weber (hw.), Verantwortlicher Redaktor, Doris Fischer (dfm.), Redaktorin
E-Mail: bildungschweiz@lch.ch
- Peter Waeger (wae), Grafik/Layout
E-Mail: p.waeger@lch.ch

Ständige Mitarbeit

Madlen Blösch (mbl.), Wilfried Gebhard, Thomas Gerber (ght.), Käthi Kaufmann, Ute Ruf, Martin Schröter (ms.), Adrian Zeller (aze.)

Internet

www.lch.ch
www.bildungschweiz.ch
Alle Rechte vorbehalten.

Abonnemente/Adressänderungen

Zentralsekretariat LCH, 8057 Zürich
Telefon 01 315 54 54, E-Mail: info@lch.ch
Für Aktivmitglieder des LCH ist das Abonnement von BILDUNG SCHWEIZ im Verbandsbeitrag (Fr. 74.– pro Jahr) enthalten.

	Schweiz	Ausland
Jahresabonnement	Fr. 95.50	Fr. 162.–
Studierende	Fr. 67.50	

Einzelexemplare: Fr. 12.–
jeweils zuz. Porto/MwSt.
(ab 5 Exemplaren halber Preis)

Dienstleistungen

Bestellungen/Administration: Zentralsekretariat LCH
E-Mail: lchadress@lch.ch
LCH-Dienstleistungen/Reisedienst: Martin Schröter
E-Mail: lchadmin@lch.ch

Inserate/Druck

Inserate: Kretz AG,
Zürichsee Zeitschriftenverlag, 8712 Stäfa
Telefon 01 928 56 09, Fax 01 928 56 00
Anzeigenverkauf: Martin Traber
E-Mail: martin.traber@kretzag.ch

ISSN 1424-6880



Auf den 28. Februar 2005 (nach den Sportferien) suchen wir an unsere gegliederte Sekundarschule (160 Schüler und Schülerinnen) eine

Lehrperson für eine kombinierte 7. EG-Stammklasse (100%)

Das volle Pensum ist stark auf die eigene Klasse ausgerichtet und umfasst zudem die Niveau-Fächer Französisch und Mathematik auf m-Niveau.

Das 15-köpfige, bunt gemischte Team freut sich auf ein initiatives und engagiertes neues Mitglied.

Sollte der überblickbare Rahmen unserer geleiteten Schule Sie ansprechen, so erwarten wir gerne Ihre Kontaktnahme: Sekretariat Sekundarschule Unteres Furttal, Schulhaus Ellenberg, 8112 Otelfingen (Telefon 01 844 10 88, Frau Schneider, vormittags) oder mit dem Schulleiter Peter Spörri (per E-Mail an schulleiter@sekuf.ch).



VOLKSSCHULGEMEINDE BICHELSEE-BALTERSWIL

Infolge Pensionierung unseres Schulleiters suchen wir nach Abschluss des Projektes «Geleitete Schule» auf das Schuljahr 2005/06 für unsere Volksschulgemeinde vom Kindergarten bis zur Oberstufe mit rund 360 Kindern und 35 Lehrpersonen eine initiative und kommunikative Persönlichkeit als

Schulleiterin oder Schulleiter (ca. 50%-Pensum)

Sie bringen mit:

- Ausbildung als Schulleiterin, Schulleiter oder die Bereitschaft, diese zu absolvieren
- Pädagogische Grundausbildung mit mehrjähriger Unterrichtserfahrung
- Bereitschaft, sich langfristig für unsere Volksschule zu engagieren

Wir bieten Ihnen:

- die Möglichkeit, nebst der Schulleitung Lektionen an der Primar- oder Oberstufe zur Vervollständigung des Pensums zu erteilen
- eine ländliche und überblickbare Volksschule mit zwei Kindergärten, zwei Primarschulen und einer Oberstufe
- Freiraum, Ihre Ideen in einem aufgeschlossenen Lehrer- und Behördenteam zu entwickeln und umzusetzen
- Unterstützung durch die Schulhausvorstände

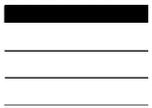
Besuchen Sie unsere Volksschule im Internet unter www.bichelsee-balterswil.ch/schule und finden Sie weitere Informationen über Ihre Aufgaben.

Für Auskünfte steht Ihnen

der Schulpräsident Beat Imhof, 071 970 08 38 oder schule@zielwies.ch der Schulleiter Peter Rottmeier, 079 633 94 51 oder perott@bluewin.ch gerne zur Verfügung.

Ihre Bewerbung richten Sie bitte bis spätestens 22. November 2004 an: VSG Bichelsee-Balterswil, Schulpräsident, Schulstrasse 27, 8362 Balterswil.

STADT AARAU



Schulpflege Aarau

Im Rahmen der Einführung der Schulleitung suchen wir auf den **1. März 2005**

1 Leiter/Leiterin (100%) der städtischen Schulen Aarau

Die städtischen Schulen Aarau umfassen rund 1700 Schüler, 240 Kindergartenkinder, 60 Schüler an der HPS und 600 Schüler an der Musikschule. Es unterrichten rund 250 Lehrpersonen.

Als Leiter/-in sind Sie für die **gesamte operative Führung** der städtischen Schulen verantwortlich. Sie führen ein noch zu bildendes sechsköpfiges Schulleiter/-innen-Team, dessen Mitglieder je einer Schuleinheit vorstehen. Das Sekretariat unterstützt Sie in Ihrer Arbeit.

Sie sind eine **Führungspersönlichkeit** mit hohem Rollenbewusstsein, **politischem Gespür** und **Überzeugungskraft**. **Ausgeprägte moderative** und analytische Fähigkeiten sowie Entschlusskraft zeichnen Sie aus. Es gelingt Ihnen, den **Diskurs** zu ermöglichen und eine **eigene Meinung** zu vertreten.

Sie verfügen vorzugsweise über einen Hochschulabschluss sowie über mehrjährige Führungserfahrung in einer grösseren Organisation.

Auf eine gute Zusammenarbeit freuen sich eine innovative Schulpflege und motivierte Lehrkräfte.

Ihre Bewerbung richten Sie bis spätestens **21. Oktober 2004** an die **Schulpflege Aarau**, «Schulleitung», Hammer 18, 5000 Aarau. Auskünfte erteilt oder vermittelt Frau Ehrensperger, Tel. 062 824 51 23, E-Mail: f.m.ehrensperger@bluemail.ch



Stellenausschreibung Orientierungsschulen Höfe

Auf Beginn des Schuljahres 2005/2006 (Stellenantritt 1. August 2005) richten wir an allen drei Schulstandorten der Orientierungsschulen des Bezirks Höfe Schulleitungen ein. Die drei Schulstandorte haben überschaubare Zielgrössen von 200 bis 250 Schülern.

Wir suchen auf diesen Zeitpunkt eine/einen

Gesamtschulleiter/Gesamtschulleiterin des Bezirks Höfe

Ihre Aufgaben erfüllen Sie auf zwei Ebenen:

Als Gesamtschulleiter / Gesamtschulleiterin des Bezirks Höfe (Pensumsanteil 60%)

- leiten und führen Sie die Orientierungsschule in pädagogischer und betrieblicher Hinsicht
- fördern Sie die Zusammenarbeit unter den Lehrpersonen
- sind Sie besorgt für die Qualitätssicherung
- nehmen Sie die Personalführung wahr

Als Lehrer / Lehrerin (Pensumsanteil 40%)

- unterrichten Sie an der Sekundarstufe I (Sekundarschule, Realschule oder Werkschule)

Ihr Profil

- Sie sind eine innovative Führungspersönlichkeit
- Planen und Organisieren bereitet Ihnen Freude
- Kommunikation und Teamarbeit gehört zu Ihren Stärken
- Sie verfügen über eine abgeschlossene Schulleiterausbildung, befinden sich in dieser Ausbildung oder haben sich entschlossen diese Ausbildung in Angriff zu nehmen

Für Auskünfte steht Ihnen der Bezirksschulpräsident, Herrn Stefan Zehnder, Römerrain 9, 8808 Pfäffikon, Tel. 055 415 79 11, E-Mail zehnderst@isp.ch zur Verfügung. Ihre Bewerbungsunterlagen senden Sie bitte bis spätestens 15. November ebenfalls an den Bezirksschulpräsidenten.

Ein König im Garten

Ute Ruf

BILDUNG SCHWEIZ demnächst

• Lernen mit Portfolio

Das Europäische Sprachenportfolio (ESP) soll Lust auf fremde Sprachen und Kulturen wecken und die Eigeninitiative fördern. Nach dem ESP III für Jugendliche und Erwachsene liegt jetzt auch ein Portfolio für die Altersgruppe der 11- bis 15-Jährigen vor.

• Muss Strafe sein?

Strafen sind, ob wir wollen oder nicht, fester Bestandteil unseres Alltags und unserer Lebensspielregeln. Am 29. Oktober wird «strafen», eine Ausstellung des Stapferhauses Lenzburg, eröffnet. Sie dauert bis 25. April 2005 und wendet sich (mit reichem Begleitmaterial) vor allem auch an Schulen.

• Pestalozzi-Preis

Alle zwei Jahre wird der Pestalozzi-Preis für kinderfreundliche Lebensräume vergeben. Er belohnt Gemeinden und öffentliche Institutionen mit besonderem Engagement für Kinder und Jugendliche. BILDUNG SCHWEIZ gibt die Preisträger bekannt.

Die nächste Ausgabe erscheint am 26. Oktober.

Am Sonntag trat ich aus der Terrassentür und glaubte zu träumen. Ja was war denn das? Er stand im Garten und war am Picken und war wunderschön! Ein Wiedehopf! Er holte mit seinem spitzen, langen Schnabel Würmer aus der Wiese und bei jedem Picken wippten seine Federn auf dem Kopf. «Jaja, feine Würmer, jaja, schon wieder so ein wurmiges Kerlchen, jaja, zappel du nur.» Und wie er davonflog, als ich mit dem Fotoapparat heranschlich, sah er aus wie ein grosser Schmetterling mit schwarz-weiss gestreiften Flügeln.

Mein Bruder, Ornithologe, dachte, ich würde mal wieder übertreiben und fragte am Telefon, ob es nicht auch ein Grünspecht gewesen sein könne. Aber hallo, hat ein Grünspecht einen Federbusch auf dem Kopf? Und ist gelb?

Auch ein Wiedehopf sei nicht gelb, meinte mein Bruder.

Dann stritten wir noch über die Farbe, ich hätte «gelb mit schwarz-weissen Flügeln» gesagt, der Wiedehopf sei aber orange mit schwarz-weiss-gestreifter Flügelbinde! Es stellte sich heraus, dass bei mir Gelb und Orange sehr nah beieinander und bei ihm sehr weit auseinander liegen.

Singend fahre ich am Montagmorgen in die Schule. «Der Wiedehopf, der Wiedehopf, der bringt der Braut den Blumentopf, fiderallala, fiderallala, fiderallalalala!!» Dann hole ich im Lehrerzimmer ein Vogelbuch. Leider ist der Kerl hier auch orange! Will mein Sonntagserlebnis gleich anbringen, aber es geht nicht. Es gibt nämlich ein Problem sozialer Art. Claudio will wissen, ob das gerecht sei: Er habe zu Ines nur «Ines Nasebögg» gesagt und sie habe ihm daraufhin fürchterlich eins auf den Kopf geschlagen. Ines: Es sei ein Spass gewesen. Der habe aber weh getan, meint Claudio. Ausserdem sei «Ines Nasebögg» auch ein Spass gewesen. Er würde doch niemals im Ernst jemanden aus der Klasse verspotten. Das hätten wir ja des öfteren abgemacht.

Dann endlich komme ich zum Zug. Erzähle, wie in meinem Garten kein Froschkönig war, sondern ein Vogelkönig, so gross wie eine Amsel, gelb, also orange-gelb, mit schwarz-weiss gestreiften Flügeln und einem Krönchen auf dem Kopf. Ich hätte gesagt: «Hallo schöner König, wie schmecken die Würmer?»

«Fein», habe er gesagt. Und dann kam ein Gespräch zwischen mir und dem König zustande und sie sollen doch dieses Gespräch erraten und im Heft notieren, so mit Anführungszeichen und Schlusszeichen.

Antonio hockt schwer im Stuhl, starrt auf sein Blatt, schreibt nichts. Er ist mündlich der grosse Schweiger und jetzt schriftlich auch noch? Ich helfe ihm. Der Geist ist willig, aber schwerfällig, so wie der Körper. Antonio macht nicht mit beim Fussball, steht höchstens mal im Tor, aber meistens ist er mit dem Znüni in allen drei Pausen beschäftigt.

Am Nachmittag wird er von seiner Mutter abgeholt. Ich plaudere noch mit ihr. Sie macht eine Diät, seit sie, bzw. der Zeiger der Waage plötzlich auf 106 Kilo geschnellt war. Morgens ein Ananasshake, mittags ein Moccadrink... Hat bereits die Hundertgrenze wieder passiert, nähert sich sukzessive dem Traumziel 90. Der ältere Sohn mache auch mit bei der Diät, der sei ein rechter Brocken geworden.

«Und Antonio», frage ich, «der hätte es doch ebenfalls nötig.»

«Der macht nicht mit, nicht, so lange er bei Ihnen ist, hat er gesagt. So lange würde ihn nämlich niemand wegen seinem Übergewicht auslachen.»

Fiderallala.

Salzen zwecklos!

Top Line Marketing

Winterwoche in
Lapland ab Fr. 950.-*

Jetzt Winter-
katalog bestellen!

Winter wie im Bilderbuch

Gediegene Hotelferien, Hundeschlitten-Abenteuer, Motorschlitten-Safaris, Langlauf-Ferien oder ganz einfach Ruhe und Entspannung mit Hüttenzauber und knisterndem Kaminfeuer. Willkommen in Finnisch Lapland!

Direktflug ins Winterparadies Finnisch Lapland.
Jeden Samstag vom 18. Dezember 2004 bis 12. März 2005.

FINNAIR 

* Inkl. Kontiki-Saga Direktflug nach Lapland, 7 Übernachtungen.
Gültig für Abflüge am 8.1./15.1.2005,
exkl. Flughafentaxen Fr. 70.-
(Preis pro Person bei 2 Personen)

www.kontiki.ch

 **056 203 66 66**

kontikisaga
Die Nr. 1 für Ferien im Norden.

Bitte schicken Sie mir kostenlos
folgende Kataloge zu:

Nordisches
Winterparadies 2004/05

Worldloppet / Langlauf 2005

Vorname: _____

Name: _____

Adresse: _____

PLZ/Ort: _____

Bildung

Weitere traumhafte Angebote bei:
Kontiki-Saga Reisen AG
Wettingerstrasse 23
5400 Baden
Fax 056 203 66 30
info@kontiki.ch
oder in jedem guten Reisebüro.