

BILDUNG SCHWEIZ

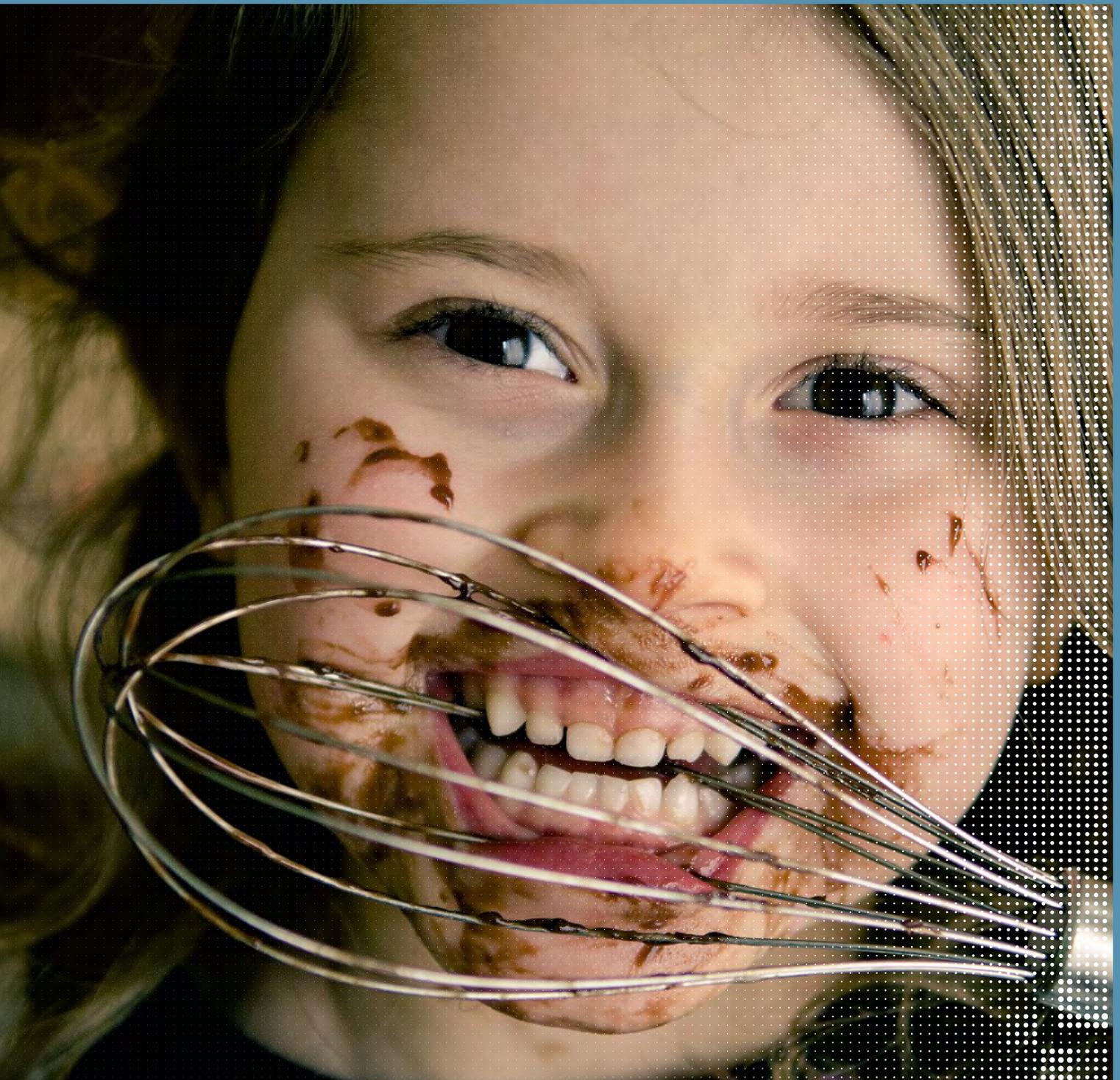
10a | 2013

Sonderheft Gesundheit

So weit das Auge reicht: Sehstörungen und Schulerfolg
Jugendliche Kiffer in erhöhter Psychose-Gefahr

Erziehung und Ernährung

Warum wir zum Schleckmaul geboren sind



Aus alt wird neu!



100.-
Einführungsangebot
gültig bis 31.12.2013

Trade-In Angebot

Bei uns können Sie Ihren funktionierenden, alten Apple Computer an Zahlung geben. Melden Sie sich für eine Eintauschofferte in einer unserer 16 Filialen.

Zusätzlich CHF 100.- bis 31. Dezember 2013

Wir offerieren Ihnen zusätzlich einen Rabatt von CHF 100.- beim Kauf eines neuen Apple Computers.

Mehr Infos unter: www.dataquest.ch/trade-in

DATAQUEST www.dataquest.ch

letec www.letec.ch



CREATIVE FOTO AG

STARKE EINBLICKE.



SCHULFOTOGRAFIE

Das Klassenfoto erhalten alle Schulkinder garantiert

GRATIS

Vereinbaren sie heute noch mit uns einen Fototermin und profitieren sie von unseren einmaligen und attraktiven Angeboten: **Schulhausrabatte ab 100 Schulkinder, kostenloses Fotojahrbuch, Qualitätsgarantie für unsere Produkte, flexible Terminvereinbarung nach ihren Wünschen, Abholservice der nicht verkauften Fotos usw.**

Mülacher 12 | 6024 Hildisrieden | Tel 041 288 85 10 | Fax 041 288 85 29 | info@creative-foto.ch | www.creative-foto.ch

BILDUNG SCHWEIZ

Ausgabe 10 a | 2013 | 22. Oktober 2013

Zeitschrift des LCH, 158. Jahrgang der Schweizer Lehrerinnen- und Lehrerzeitung (SLZ)

BILDUNG SCHWEIZ erscheint 15 Mal jährlich

Impressum

Herausgeber/Verlag

Dachverband Schweizer Lehrerinnen und Lehrer LCH

- Beat W. Zemp, Zentralpräsident
- Franziska Peterhans, Zentralsekretärin
- Jürg Brühlmann, Leiter der Pädagogischen Arbeitsstelle LCH

Zentralsekretariat und Redaktion:

Ringstrasse 54, 8057 Zürich

Telefon 044 315 54 54, Fax 044 311 83 15

E-Mail: bildungschweiz@lch.ch

Internet: www.lch.ch, www.bildungschweiz.ch

Erreichbar Mo–Do 8–12 Uhr und 13.30 bis

16.45 Uhr, Fr bis 16 Uhr

Redaktion

- Heinz Weber (hw), Verantwortlicher Redaktor
- Doris Fischer (df), Redaktorin
- Peter Waeger (wae), Grafik/Layout

Ständige Mitarbeit: Adrian Albisser (Bildungsnetz), Claudia Baumberger, Madlen Blösch (Gesundheit), Peter Hofmann (Schulrecht), Chantal Oggenfuss (Bildungsforschung)

Fotografie: Claudia Baumberger, Roger Wehrli

Abonnemente/Adressen

Bestellungen/Adressänderungen: Zentralsekretariat LCH, 044 315 54 54, adressen@lch.ch

Adressänderungen auch im Internet:

www.bildungschweiz.ch

Für Aktivmitglieder des LCH ist das Abonnement im Verbandsbeitrag (Fr. 74.– pro Jahr) inbegriffen

Jahresabonnement für Nichtmitglieder:

Schweiz Fr. 103.50, Ausland Fr. 175.–

Einzelexemplar Fr. 8.–, ab dem 8. Expl. Fr. 6.– (jeweils plus Porto und MwSt.)

Dienstleistungen

Bestellungen/Administration: Zentralsekretariat LCH, 044 315 54 54, adressen@lch.ch

Reisedienst: Monika Grau, m.grau@lch.ch

Inserate/Druck

Inserateverkauf: Martin Traber, Zürichsee

Werbe AG, Tel. 044 928 56 09, martin.traber@

zs-werbeag.ch, Mediadaten: www.bildung-

schweiz.ch, Druck: FO-Zürichsee, 8712 Stäfa,

ISSN 1424-6880

Verkaufte Auflage:

43 694 Exemplare (WEMF-beglaubigt)

LCH
Dachverband
Schweizer
Lehrerinnen
und Lehrer

Betritt: Gesundheit der Lehrpersonen, Internet

Guten Schultag!

Lehrerinnen und Lehrer sind mit Recht rasch bereit, Schulreformen und obrigkeitliche Anordnungen kritisch zu hinterfragen. Geht es aber um ihre alltägliche Arbeitsumgebung, sind sie genügsame Wesen, wie Jürg Brühlmann, Leiter der Pädagogischen Arbeitsstelle LCH, an einer Tagung zum Thema Arbeitsmedizin in Bregenz feststellte: «Kaum wahrgenommen werden strukturelle Mängel. Der



Heinz Weber
Verantwortlicher Redaktor

Grund dafür dürfte darin liegen, dass Lehrpersonen ihr ganzes Leben im Schulzimmer verbringen und wenig Möglichkeit haben, andere Verhältnisse kennenzulernen. Sie sind mit diesen Umständen «vertraut», kennen nichts anderes und nehmen die Einschränkungen deshalb kaum als Problem wahr. Die Schule lebt damit seit 200 Jahren.»

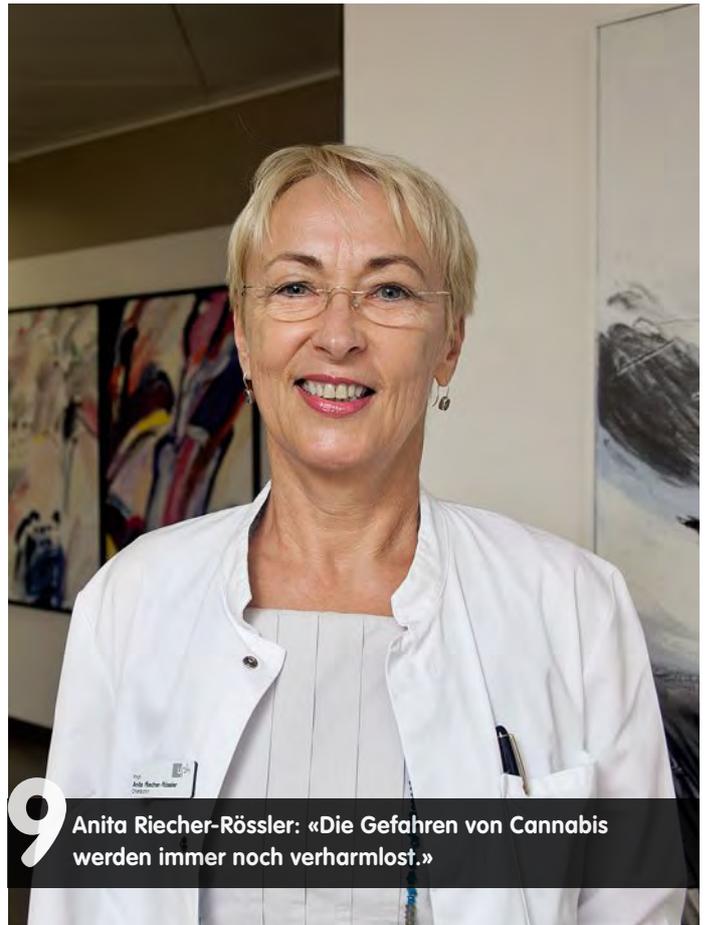
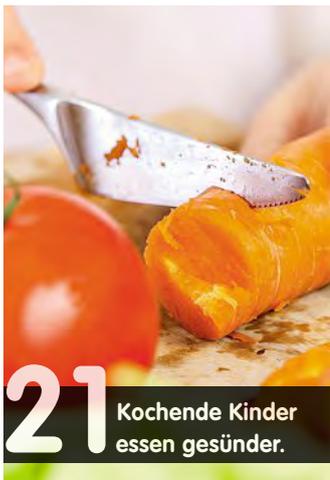
Konkret: Die Lehrpersonen sind sich zum Beispiel kaum bewusst, wie dicht sie mit ihren Schülerinnen und Schülern zusammenleben und -arbeiten. Schulzimmer für 25 Personen werden mit minimal 75 bis 80 Quadratmetern Fläche gebaut.

Auch ein Ziegenbock hat gemäss Tierschutzverordnung An-

recht auf 3 Quadratmeter. Betreffend Luft und Raumakustik herrschen in Schulzimmern oft ebenfalls zweifelhafte Verhältnisse. Hinzu kommen die «normalen» Umstände des Berufs wie Entscheidungsdruck, mangelnde Privatsphäre oder saisonal stark schwankende Arbeitszeit. Während auf dem Bau und in der Industrie Helm oder Schutzbrille Pflicht sind, werden die Gefahren der Berufsausübung bei Lehrpersonen individualisiert. Kommt es zu «Unfällen», gelten sie als Schicksal.

«Wer genauer hinschaut, entdeckt an Schulen grossen Bedarf für eine systematische Arbeitsmedizin», mahnt Jürg Brühlmann. Seine Gedanken dazu finden Sie pointiert und zugespitzt in der Kolumne «Querbeet» auf Seite 25. Den gesamten Vortrag «Wer sorgt eigentlich für die Gesundheit der Lehrpersonen in der Schweiz?» können Sie auf der Website des LCH – www.lch.ch – lesen. In Zukunft wird es häufiger vorkommen, dass wir zu Beiträgen in BILDUNG SCHWEIZ zusätzlichen Hintergrund im Internet anbieten. Umgekehrt wird die Zeitschrift vermehrt Themen, die im Internet aktuell diskutiert werden, aufnehmen und vertiefen. Der LCH plant eine Erneuerung und Belebung seiner Präsenz im Netz. Mehr dazu werden Sie Mitte November in Ausgabe 11a/13 finden.

Betreut hat dieses Sonderheft Gesundheit/Ernährung wiederum Madlen Blösch, seit 14 Jahren regelmässige Mitarbeiterin von BILDUNG SCHWEIZ. Ein spezielles Anliegen ist ihr der Bereich Sucht und Suchtvorbeugung. Das Interview über den Zusammenhang von Cannabis und Psychosen (Seite 9) stellt die verbreitete Sorglosigkeit gegenüber dem «Kiffen» von Jugendlichen in Frage.



Aktuell

6 Verwirrendes Nationen-Ranking

Im Vergleich mit 20 anderen Ländern geniessen Lehrerinnen und Lehrer in der Schweiz relativ wenig Ansehen. Hingegen herrscht hohes Vertrauen in unser Bildungssystem. Das ergab eine britische Studie.

7 Privat statt Staat – geht das?

Wenn Kantone Teile ihres Schulwesens – zum Beispiel im Bereich Sonderpädagogik – an privatrechtliche Institutionen auslagern wollen, dann müssen strenge Bedingungen erfüllt sein. Ein Fall aus dem Aargau.

9 Jugendliche Kiffer in erhöhter Psychose-Gefahr

An den Universitären Psychiatrischen Kliniken Basel wurde der Zusammenhang zwischen Kiffen und Psychose erforscht. BILDUNG SCHWEIZ sprach mit Chefärztin Anita Riecher-Rössler.

Gesundheit

12 So weit das Auge reicht

Wenn Lehrpersonen oder Kindergärtnerinnen bei Kindern Verhaltensauffälligkeiten feststellen wie häufiges Blinzeln, regelmässiges Reiben der Augen oder plötzliches Absacken der Leistungen, können dies Zeichen für eine Sehstörung oder Fehlsichtigkeit sein.

15 Bewegung und Ergonomie verbessern Lernklima

Kleine Veränderungen wie etwa das Schräg- oder Hochstellen des Pultes haben einen grossen Einfluss auf die Leistungs- und Konzentrationsfähigkeit der Schülerinnen und Schüler.

17 Aber sicher!

Appell an Jugendliche: «Be smart, work safe.»

18 «Es braucht eine grosse Anstrengung nicht zu reden»

Zuhause plaudern die Kinder munter drauf los, aber sobald sie die vertraute Umgebung verlassen, verstummen sie. Fachleute sind sich einig: frühe Hilfe ist wichtig.

Titelbild: Der Hang zum Süssen ist ein Erbe aus grauer Vorzeit.

Foto: © Thinkstock/ Monet_MSMPphotography.ca



www.aktivferien.ch
 KILIMANJARO über Weihnachten/Neujahr im Juli + Oktober.
 Mit Schweizer Reiseleitung auf den höchsten Berg Afrikas, 5895 m.
 Ein tolles Trekking, auch für Trekkingneulinge, mit herrlicher Safari.
 Reisen mit CH-Reiseleitung auch nach Nepal, Mustang, Peru, Ecuador.





18 Auch vermeintlich «stumme» Kinder kommunizieren mit ihrer Umgebung. Das Phänomen Mutismus und wie ihm in der Schule zu begegnen ist.

Ernährung

- 21 Warum wir geborene Schleckmäuler sind**
Alles ist lernbar! Stimmt das auch beim Essverhalten? Lohnt sich der tägliche Kampf am Tisch für gesundes, ausgewogenes Essen?

Gesundheit der Lehrpersonen

- 26 «Störungsfreier Unterricht ist eine Fiktion»**
Der Umgang mit Unterrichtsstörungen trägt entscheidend dazu bei, ob Lehrpersonen ihr Tun als wirksam und befriedigend erleben.
- 28 Kino, Küche, frische Luft – und Humor!**
Emil und Niccel Steinberger raten dazu, die Humor-Werkzeugkiste aufzufüllen.
- 31 «Kreuz doch mal die Füsse in der Luft»**
Mikropausen verbessern die Lernatmosphäre. Sie sind nicht eine Sache der Technik, sondern der Achtsamkeit.

Ausbildung

- 36 Der Primarlehrberuf muss aufgewertet werden**
Warum brauchen Lehrpersonen aller Stufen ein Master-Studium?

Rubriken

- 3 Impressum**
- 25 Querbeet**
Jürg Brühlmann über unseren Bildungskörper, das unbekannte Wesen.
- 34 LCH-Reisen**
Portugal. Algarve per pedes.
- 40 Bücher und Medien**
Schullaufbahnen und Bildungserfolg
- 44 Bildungsmarkt**
- 47 Vorschau**

Ereignis Schule

- 47 Runde Sache**

Fotos auf diesen Seiten: Edition E, Roger Wehrli, Claudia Baumberger, Thinkstock

MÜDE? ERSCHÖPFT? KRAFTLOS?

REVITAL – DER GEHEIMTIPP FÜR FRAUEN

Revital – eine intensive Woche lang Kraft tanken, liebevoll umsorgt und verwöhnt von einem professionellen Therapeuten-
team. Tägliche Behandlungen, köstliche vegetarische Entschlackungsküche, herrliche Umgebung. Die Revital Wohlfühloase
unter deutschschweizer Leitung – für max. 30 Frauen eine Woche lang Raum zum Atemholen. Ideal auch für Alleinreisende.
Info und Reservation: Revital, CH-1452 Les Rasses, T 024 455 44 44, www.revital.ch. Wir freuen uns auf Sie!

Verwirrendes Nationen-Ranking

Im Vergleich mit 20 anderen Ländern geniessen Lehrerinnen und Lehrer in der Schweiz relativ wenig Ansehen. Hingegen herrscht hohes Vertrauen in unser Bildungssystem. Das ergab eine britische Studie.

Die britische Varkey Gems Stiftung – wohltätiger Zweig einer internationalen Privatschul-Unternehmung – hat 2013 erstmals einen «Global Teacher Status Index» erhoben und dafür in 21 Ländern je eine repräsentative Auswahl von 1000 Personen befragt. Laut diesem Index geniessen Lehrpersonen in China das höchste Ansehen; am wenigsten angesehen sind sie in Israel. Die Schweiz landet in dieser Rangliste auf Platz 15 von 21.

Die Nationen werden dabei nach einem Zahlen-Ranking eingereiht: Chinas Lehrpersonen erhalten 100 Status-Punkte, jene von Israel 2, die der Schweiz 25,8.

Mässige Werte für Finnland

Bemerkenswert ist die Position von Finnland. Bisher war die Meinung verbreitet, das Ansehen der Lehrpersonen sei dort sehr hoch, worauf man auch zum Teil die hervorragenden PISA-Resultate zurückführte. Laut dem neuen Index jedoch liegt Finnland in dieser Hinsicht im Durchschnitt – gerade mal zwei Ränge vor der Schweiz.

Die Bevölkerung des PISA-Kellerkinds Griechenland hingegen schätzt ihre Lehrerinnen und Lehrer sehr hoch – Platz zwei hinter China. Ein Resultat, das Andreas Schleicher, Leiter des PISA-Programms bei der OECD, in seinem Kommentar zum Index für «puzzling», also verwirrend hält.

Andererseits gaben in allen Teilnehmerländern die Befragten an, sie hätten grosses oder zufriedenstellendes Vertrauen in

die Lehrpersonen. Die Punktzahl in Bezug auf Vertrauen lag im Durchschnitt bei 6,3 von 10 Gesamtpunkten (Schweiz 6,1). Sehr grosses Vertrauen haben die Schweizerinnen und Schweizer in ihr Bildungssystem insgesamt. Da liegen sie im Index auf Platz drei hinter Singapur und Finnland. Am wenigsten trauen Ägypter und Griechen ihrem Bildungssystem zu. Aber auch die Bevölkerung des PISA-Spitzenreiters Südkorea gibt – wiederum erstaunlich – ihrem Bildungssystem keine guten Noten.

«Werde (nicht) Lehrer, mein Sohn...»

Spannend ist die Frage, wie viele Eltern ihren Kindern empfehlen würden, den Lehrberuf zu ergreifen. In China würden 49,5% («probably or definitively») zu dieser Wahl raten, in der Schweiz nur 28,5%, in Israel weniger als 10%.

Zu diesem Punkt gab es hierzu schon Zahlen: Gemäss einer Univox-Studie von 2005 befürworteten 57% der Befragten einen pädagogischen Beruf für ihre Töchter, 45% einen solchen für ihre Söhne; neun Jahre zuvor hatte die Zustimmung noch bei 75% respektive 60% gelegen. Sind diese Werte inzwischen weiter gesunken? Oder sind die Erhebungen schlicht nicht vergleichbar? Stoff für manche Diskussion.

Werden Lehrpersonen ausreichend bezahlt? Die Summe, die in der Schweiz als gerechtes Lehrergehalt empfunden wird, ist höher als in allen anderen erhobenen Ländern. Sie liegt –

laut Index – 25% über dem, was Lehrpersonen tatsächlich verdienen. Auch dieses Resultat ist verwirrend, wenn man den nur mässigen Wert im beruflichen Ansehen dagegen hält.

Rund 60% der Befragten in der Schweiz befürworten im Übrigen eine leistungsbezogene Bezahlung der Lehrpersonen, was in diesem Fall heisst, eine Bezahlung nach dem Erfolg ihrer Schülerinnen und Schüler («according to their pupils' results»). In den erfassten Ländern sind im Schnitt 75% der Befragten dieser Meinung.

Die Berufsverbände der Lehrerschaft, auch der LCH, streben nach einer Einstufung des Lehrberufs in der Umgebung der «Triple A» – Arzt, Architekt, Anwalt. Unter allen 21 Ländern des «Global Teacher Status Index» ist es nur China, wo Lehrpersonen mit Ärzten auf gleicher Stufe stehen. In zwei Dritteln der Länder finden sich die Pädagogen gleichauf mit den Sozialarbeitern.

Heinz Weber

Erfasste Länder

Ägypten, Brasilien, China, Deutschland, Finnland, Frankreich, Griechenland, Grossbritannien, Israel, Italien, Japan, Neuseeland, Niederlande, Portugal, Schweiz, Singapur, Spanien, Südkorea, Tschechische Republik, Türkei, USA.

Weiter im Netz

www.varkeygemsfoundation.org/teacherindex – Informationen zur Umfrage, Zahlenmaterial und Methodik.

Was, wann, wo

Elternbildung – Kinderchance

Am 15. November 2013 findet an der Pädagogischen Hochschule St.Gallen in Gossau eine in Kooperation mit Elternbildung CH organisierte Tagung statt: «Elternbildung ist Kinderchance – Wie Schule und Eltern den Bildungserfolg der Kinder unterstützen können.» Es werden wissenschaftliche Erkenntnisse und praktische Erfahrungen präsentiert. Die Teilnehmenden lernen erfolgversprechende Settings kennen und tauschen Erfahrungen aus. Die Tagung wird unterstützt im Rahmen von «ElternWissen – Schulerfolg» durch die Jacobs Foundation und die Stiftung Mercator Schweiz. Weitere Informationen unter www.phsg.ch und www.elternwissen.ch

Solidarität und Selbstfürsorge

«Wie kann man solidarisch für sich selbst sorgen?» Über dieses Thema spricht der Sozialwissenschaftler Heinz Bude im Rahmen des XIV. Kongresses für Erziehung und Bildung, der am 15./16. November auf dem Gelände der Universität Göttingen stattfindet. Dessen Kernthema in diesem Jahr ist «Solidarität und Selbstfürsorge – Orientierung in unübersichtlichen Zeiten».

Weitere Informationen: www.ibe-goettingen.de/keb14.html

Soziale Arbeit mit Risiken

Wann führen Risiken zu neuen Möglichkeiten? Wo sind die Grenzen? Und wie kann mit den Risiko-Herausforderungen in den Handlungsfeldern der Sozialen Arbeit umgegangen werden? Mit diesen und weiteren Fragen beschäftigt sich die gemeinsame Tagung des Departements Soziale Arbeit der ZHAW und des Amtes für Jugend und Berufsberatung Kanton Zürich am 1./2. November 2013 im Technopark Zürich. Info: www.project.zhaw.ch/de/sozialarbeit/til.html

Privat statt Staat – geht das?

Ein Aargauer Fall mit landesweiter Bedeutung.

Darf ein Kanton Teile seines Schulwesens – zum Beispiel im Bereich Sonderpädagogik – an private Institutionen auslagern? Ja, er darf, aber die Hürden dafür sind sehr hoch. Dies zeigt ein im Auftrag des LCH erstelltes Gutachten von Markus Schefer, Professor für Staats- und Verwaltungsrecht an der Universität Basel, sowie Iris Glockengiesser, Juristin bei der Fachstelle Égalité Handicap, Bern. Darin heisst es: «Es müssen umfassende und strenge Voraussetzungen eingehalten werden, um den rechtlichen Anforderungen des Anspruchs auf

ausreichenden Grundschulunterricht zu entsprechen sowie um die allgemeinen Voraussetzungen an eine Auslagerung staatlicher Aufgaben zu erfüllen.»

Auslagerungsgesetz nötig

Nebst Leitung und Personal müssen auch die baulichen und betrieblichen Anforderungen in gleichem Mass wie bei einer öffentlichen Schule erfüllt sein. Die Trägerschaft der Privatschule müsse vertrauenswürdig sein und gewährleisten, dass die Schüler und Schülerinnen nicht Einflüssen ausgesetzt sind, die den verfassungsmässigen Zielen der öffentlichen Schule zuwiderlaufen, hält das Gutachten fest. Dies zielt insbesondere auf religiös oder weltanschaulich festgelegte Institutionen. Schliesslich müssen auch Lohn und Anstellungsbedingungen der kantonalen Gesetzgebung entsprechen. Die Juristen emp-

fehlen, die notwendigen Regelungen in Form eines «Auslagerungsgesetzes» zu erlassen.

«Nacht- und Nebelaktion»

Anlass für das Gutachten war die Übernahme der Heilpädagogischen Sonderschule (HPS) Aarau durch die Stiftung Schürmatt – gegründet 1962 von der Reformierten Landeskirche des Kantons Aargau. Die Stiftung betreibt mehrere Wohnheime, Schulen und weitere Institutionen für geistig oder in ihrer Entwicklung behinderte Kinder und Erwachsene. Nach Ansicht des Aargauischen Lehrerinnen- und Lehrer-Verbands alv wurde diese Übernahme in einer «Nacht- und Nebelaktion» durchgezogen. Dabei seien wichtige Fragen ungeklärt geblieben. In einer am 12. Juni 2015 mit rund 2700 Unterschriften eingereichten Resolution «Stopp der Übernahme der Heilpädagogischen Schulen durch pri-

vatrechtliche Institutionen» heisst es: «Im Fall der HPS Aarau fand keine öffentliche Submission statt, der Rechtsschutz ist ungenügend geklärt. Ebenso sind die Haftungsfrage sowie die Einwirkungsmöglichkeiten des Kantons ungenügend geklärt.» Zudem gebe es Zweifel an der religiösen Neutralität der Stiftung Schürmatt. Der Kanton wird aufgefordert, «die Voraussetzungen für einen transparenten und rechtlich geklärten Umgang mit den heilpädagogischen Sonderschulen zu schaffen». Das gesamte Gutachten, das auch für andere Kantone und die «Privatisierung» weiterer Bildungsbereiche wegweisend sein dürfte, ist auf der Website des LCH abrufbar; die Resolution findet sich auf der alv-Website. Heinz Weber

Weiter im Netz

www.lch.ch
www.alv-ag.ch

Das MacBook Pro Mehr drin. Zum mehr rausholen.



Das MacBook Pro ist vollgepackt mit neuen starken Features, die ein grossartiges Notebook noch grossartiger machen.



Schüler? Lehrer?
 Profitieren Sie von bis zu 9% Rabatt.

	MacBook Pro 13"	MacBook Pro 13"	MacBook Pro 15"
Artikel-Nr.	MD101	MD102	MD103
Prozessor	2.5 GHz Dual-Core Intel Core i5	2.9 GHz Dual-Core Intel Core i7	2.3 GHz Quad-Core Intel Core i7
Festplatte	500 GB	750 GB	500 GB
Grafikkarte	Intel HD Graphics 4000	Intel HD Graphics 4000	NVIDIA GeForce GT 650M mit 512 MB
Anschlüsse	1x Thunderbolt, 1x FireWire 800, 2x USB 3.0, 1x SDXC Kartensteckplatz, Gigabit Ethernet	1x Thunderbolt, 1x FireWire 800, 2x USB 3.0, 1x SDXC Kartensteckplatz, Gigabit Ethernet	1x Thunderbolt, 1x FireWire 800, 2x USB 3.0, 1x SDXC Kartensteckplatz, Gigabit Ethernet
mit 4 GB RAM	CHF 1198.- (statt 1287.-)	-	CHF 1785.- (statt 1979.-)
mit 8 GB RAM	CHF 1278.- (statt 1395.-)	CHF 1515.- (statt 1630.-)	CHF 1865.- (statt 2029.-)
mit 16 GB RAM	CHF 1362.- (statt 1451.-)	CHF 1679.- (statt 1794.-)	CHF 1949.- (statt 2113.-)

Irrtümer, Preis- und Angebotsänderungen vorbehalten. Aktuellste Preise finden Sie unter www.heinigerag.ch. *9% Rabatt gilt auf den offiziellen Heiniger-Verkaufspreis. Angebot gültig für Lehrer, Dozenten, Professoren und Schulen. Wir benötigen eine schriftliche Bestellung mit Ausweispapieren, Bestätigung der Schule oder einer Bestellung auf offiziellem Schulpapier.

HeinigerAG.ch
 4704 Niederbipp, T 032 633 68 70, F 032 633 68 71, info@heinigerag.ch
 4600 Olten, T 062 212 12 44, F 062 212 12 43, olten@heinigerag.ch
 9470 Buchs, T 081 755 60 80, F 081 755 60 81, buchs@heinigerag.ch



IHRER GESUNDHEIT UND FITNESS ZULIEBE
Spezialangebote für die Leserinnen und Leser der Zeitschrift «Bildung Schweiz»



MADE OF NASA
MEMORY-FOAM

Bürodrehstuhl ERGOTEC SYNCHRO PRO

698.- statt* 1598.-
(mit Lederbezug)

statt* 1298.- **498.-**

Nach neuesten ergonomischen Erkenntnissen konzipierter, anatomisch perfekt ausgeformter, **hochprofessioneller Bürodrehstuhl**: arretierbare Synchromechanik; Sitzhöhenstellung per Sicherheitsgaslift; individuelle Körpergewichtseinstellung; **ergonomischer „MEMORY FOAM“ Bandscheiben-/Muldensitz** (S/M, L/XL); atmungsaktive, unverwüstliche Netzrückenlehne für rückenschonendes und ermüdungsfreies Arbeiten ohne „Festschwitzen“; verstellbare **Lumbalstütze** (Unterstützung d. Wirbelsäule/Bandscheibe); verstellbare **Kopf-/Nackenstütze** (abnehmbar); 12-fach höhen-/seitenverstellbare **Armlehnen** mit gepolsterten Armauflagen; geeignet für alle Bürotätigkeiten, insbesondere Bildschirmarbeitsplätze. Sitzmasse: (HxBxT) 48-65 x 52,5 x 48,5 cm, Gewicht: 22 kg, Bedienungs- und Montageanleitung in d, f, i, e. 2 Jahre Garantie. **5 Fusskreuze**: Holz/Bambus, Alu matt, Alu poliert, Alu schwarz matt, Alu schwarz poliert; inkl. Teppichrollen (Hartbodenrollen optional erhältlich für CHF 20.-/5 Stk.).

Farben Stoff: 1. guava, 2. yellow, 3. domingo, 4. curacao, 5. costa, 6. steel, 7. paradise, 8. olive, 9. demerera, 10. sombrero, 11. havana, 12. montserat; **Farbe Leder**: schwarz



Klopf- & Vibrationsmassage uTAP+uVIBE 2 IN 1

statt* 229.- **129.-**

Intensive, stufenlos regulierbare, tiefwirkende, **Ganzkörper-Klopfmassage** (uTap mit zuschaltbarem **Infrarotlicht**) und **Vibrationsmassage** (uVibe) zur Steigerung des Wohlbefindens u. Erwärmung des Gewebes. Zur Auflockerung, **Entspannung** und **Durchblutungsförderung** der Muskulatur bei Verspannungen, Verkrampfungen, Muskelkater, **Ermüdungserscheinungen**, Rücken- u. Menstruationsschmerzen. inkl. **6 versch. Massageaufsätze** u. 1 Stoffabdeckung (Haarschutz). Ohne Kraftaufwand können Schultern, Rücken, Beine oder sogar die Fusssohlen bequem massiert werden. Bedienungsanleitung in d, e, f, i. 2 Jahre Garantie.



Inklusive
16 AUFSTECKBÜRSTEN
1 POWERPOD LADESTATION
4 REISE-NECESSAIRE

Scherkopfrasierer, Haarschneide- & Zahnbürsten-Set FAZOR® 5 IN 1

statt* 498.- **149.-**

Rasierer mit 5 Scherköpfen; Für **Nass- und Trockenrasur**; **Bart- und Langhaarschneider** mit justierbarem Präzisionskopfkopf; **Ohr-/Nasenhaartrimmer**; Präzisions-Barthaartrimmer; Oszillierende **Akkuzahnbürste**; Reise-Neccessaire (22 x 44 cm); Power-System (100 - 240 V, Schnellladung, Lithium-Ionen-Akkus, etc.); Reiseschloss; PowerPod Ladestation; **Farben**: 1. schwarz, 2. weiss, 3. anthrazit

Oberarm-Blutdruckmessgerät, Alarm & Reisewecker

BPM MED8

kleinstes + leichtestes (190g)
Oberarm-Blutdruckmessgerät
statt* 298.- **98.-**

Professionelles, vollautom., digitales **Oberarm Blutdruckmessgerät+Reisewecker** (Datum, Uhrzeit, Alarm); **2 Nutzerprofile**, 120 Speicherplätze, 2 Alarmfunktionen, Messung v. systolisch/diastolischem arteriellen Blutdrucks+Pulsfrequenz, oszillometrische Technologie+Fuzzy-Algorithmus (=hohe Messgenauigkeit), Erkennung v. unregelmäßigem Herzschlag, WHO Blutdruckklassifikation, klinisch getestet. Inkl. **2 Oberarm-Manschetten** (S/M, L/XL), Aufbewahrungständer, Neoprentasche. Strom-/Batteriebetrieb, Masse: 125 (L) x 85,5(B) x 30 (H)mm, **Gewicht: 190 g**. Bedienungsanleitung in d, e, f, i. 2 Jahre Garantie. **4 Farben**: weiss, orange, blau, gelb-grün



optimiertes Modell
überarbeitete Masse
leichteres Gewicht

Outdoor-/Funktionsjacke TITANIUM 6 IN 1

statt* 698.- **198.-**

100% PFC-frei

Hochwertige, himalaya-/alpenprobe, für höchste Ansprüche, mit viel technischer Raffinesse konzipierte Outdoorjacke (4-Jahreszeiten); unterlegter 2-Weg Front-Reissverschluss (RV) mit Kinnschutz; 2 grosse RV-Brust-Innentaschen; 3 Netz-/Velours-Innentaschen; 4 RV-Aussentaschen; alle RV stark wasserabweisend und zusätzlich abgedeckt; Cool-System RV-/Klettöffnung in Achselhöhle; verstell- und abnehmbare, im Kragen einrollbare, helmtaugliche Kapuze mit Schirm; einhandbedienbarer, klettverstellbarer Armelabschluss; elastische Saum-/Taillenkordel; inkl. **2 herausnehmbare Polar Innenfleece-Jacken** (mittel-/hochisolierend: 300/400g/L, div. RV-Aussen-/Innen-Taschen); Material: 2-lagige, atmungsaktive, 100% wind-/wasserdichte HIMATEX-Membrane; Nähte wasserfest verschweisst; Wassersäule: 20'000 mm, Atmungsaktivität: 6'000 mvt (g/m²/24h); **Special Winter-/Ski-Package**: herausziehbarer, elastischer Hüft-/Schneefang für Aussen-/Fleecejacke; Tickettasche auf Ärmel; herausklappbare, transparente Skiabtasche; im Kragen verstaubare Helm-/Kopfmütze; 1 Sturm-/Gesichtsmaske; HIMALAYA OUTDOOR® by Omlin. **100% Made in Nepal.**

11 Farben: 1. gelb, 2. orange, 3. rot, 4. skyblue, 5. iceblue, 6. blau, 7. springgreen, 8. olive, 9. grau, 10. schwarz.
9 Grössen: 2XS, XS, S, M, L, XL, 2XL, 3XL, 4XL



Outdoor-/Funktionshose TITANIUM 3 IN 1

statt* 349.- **149.-**

100% PFC-frei

Leichte, robuste und zuverlässige Funktionshose mit durchgehendem, abgedecktem, seitlichem Reissverschluss (RV); **optimal als Trekking-u. Skihose**; passend zu TITANIUM 6 IN 1-Jacke; ergonomischer Schnitt; abnehmbare Hosenträger für Aussen-/Fleecehose; Halbelastbund mit Klett verstellbar; 4 abgedeckte, wasserabweisende RV-Taschen; **Special Winter-/Ski-Package**: **1 herausnehmbare Innenfleece-Hose** mit hochgezippter Brust-/Rückenpartie, 2 Seitentaschen, 1 Känguru-RV-Brusttasche; abnehmbarer, elastischer Schneefang mit Rückhalteschlaufe; Material: 2-lagige, atmungsaktive, 100% wind-/wasserdichte HIMATEX-Membrane und besonders reiss-/abriebfestes RipStop-Obermaterial an Knien/Gesäß/Knöchelinnenseiten; alle Nähte wasserfest verschweisst; Wassersäule: 20'000 mm, Atmungsaktivität: 6'000 mvt (g/m²/24h); HIMALAYA OUTDOOR® by Omlin. **100% Made in Nepal.**

11 Farben: 1. gelb, 2. orange, 3. rot, 4. skyblue, 5. iceblue, 6. blau, 7. springgreen, 8. olive, 9. grau, 10. schwarz.
9 Grössen: 2XS, XS, S, M, L, XL, 2XL, 3XL, 4XL



Multifunktions-Rucksack X-TRAIL HYDROLITE 27+5

statt* 298.- **129.-**

Extrem vielseitig ausgestatteter Multifunktions-Rucksack **inkl. vollisoliertem Trinksystem (3 Liter)**; effektive, tri-direktionale AirPort™-Rückenbelüftung, ErgoFoam™-Rücken-/Hüftgurtpolster; RV-Hauptfach inkl. Steckfach, Bauch- und Brustgurt, anatomisch geformte Schultergurte mit SuspensionStrap-System, Front-Netzriemenfach, 2 seitliche Gummizugfächer, Trekkingstockhalterung; div. Kompressions-/Fixierriemen und Gummizüge für Schlafsack, Helm, usw.; 3M-Reflektionsapplikationen, Regencover, Handytasche, CD-/MP3-Halter, Organizer, Laptoptasche, Portemonnaie, uvm. Ideal für alle Outdooraktivitäten (Wandern, Trekking, Skifahren, Biken, Klettern) und Freizeit. Material: robuster Diamond/Dobby Ripstop. Volumen: 27+5 Liter.

Farben: 1. orange, 2. rot, 3. iceblue, 4. grün, 5. schwarz



Artikel / Grösse / Farbe	Menge	Preis	Adresse	Code: Bildung Schweiz 10/13
			Name	
			Vorname	
			Strasse	
			PLZ/Ort	
			Telefon	
			E-Mail	

Datum/Unterschrift

Bestellungen: CARESHOP GmbH, c/o Bürgerspital Basel, Ruchfeldstrasse 15, 4142 Münchenstein
Telefon 0848 900 200, Fax 0848 900 222, www.careshop.ch

Druckfehler vorbehalten. Preise inklusive MwSt., zuzüglich Versandkosten. Lieferung solange der Vorrat reicht.
*Summe der Einzelpreise

Jugendliche Kiffer in erhöhter Psychose-Gefahr

Der bei vielen als harmlos geltende «Joint» kann bei Dauerkonsum und entsprechender Veranlagung gravierende Folgen haben. An den Universitären Psychiatrischen Kliniken Basel wurde der Zusammenhang zwischen Kiffen und Psychose erforscht. BILDUNG SCHWEIZ sprach mit Chefärztin Anita Riecher-Rössler.

Cannabis kann Psychosen begünstigen. Zu diesem Schluss kommen Forscherinnen und Forscher der Universitären Psychiatrischen Kliniken (UPK) Basel. Unter der Leitung von Chefärztin Anita Riecher-Rössler werteten sie alle bisher publizierten Studien über den Zusammenhang von Kiffen und Psychose aus. Die Analyse der Untersuchungen «Kann Cannabis das Risiko für schizophrene Psychosen erhöhen?» mit rund 1000 Personen wurde unlängst vorgestellt. Im Gespräch mit BILDUNG SCHWEIZ erläutert Anita Riecher-Rössler die Studienergebnisse.

BILDUNG SCHWEIZ: Sie haben kürzlich eine Studie veröffentlicht über den Zusammenhang von Kiffen und Psychosen. Wie lautet Ihr Fazit?

Anita Riecher-Rössler: Wir haben mehrere Studien zu dem Thema publiziert. Die eine bestätigt, was eigentlich schon lange bekannt ist, nämlich dass Cannabis akut psychotische Episoden auslösen kann. Die andere Publikation ist eine Übersichtsarbeit über alle Studien, die bisher zum Effekt von Cannabis auf das Gehirn des Menschen mit Psychosen vorliegen. Die Ergebnisse lassen vermuten, dass Cannabiskonsum bei Patienten mit Psychose mit einem Gehirnbau in verschiedenen Regionen einhergeht. Das könnte darauf hinweisen, dass das Gehirn dieser Menschen besonders sensitiv für Cannabis ist. Dieser Effekt zeigte sich bereits in sehr frühen Erkrankungsstadien, sogar schon vor dem Ausbruch der eigentlichen Psychose.

Wie hoch ist das Risiko einer Erstpsychose bei kiffenden Jugendlichen respektive jungen Erwachsenen?

Das Risiko für eine Psychose bei kiffenden Jugendlichen hängt stark davon ab, ob der Jugendliche ohnehin eine gewisse Veranlagung hat, eine Psychose zu entwickeln. Wenn ja, kann diese durch



Fotos: Roger Wehrli

«Je jünger ein Mensch beim Erstkonsum von Cannabis ist, desto gravierender scheinen die Effekte.» Anita Riecher-Rössler.

Cannabis vollends ausgelöst werden. Einen solchen Zusammenhang legt auch die Tatsache nahe, dass bei den von uns behandelten Ersterkrankten 60 bis 70 Prozent regelmässig kiffen. Das ist etwa doppelt so viel wie bei der gleichen Altersgruppe in der Allgemeinbevölkerung.

Und bei sehr jungen Cannabiskonsumern?

Je jünger ein Mensch beim Erstkonsum von Cannabis ist, desto gravierender scheinen die Effekte.

Was genau ist unter dem Begriff «Psychose» zu verstehen?

Eine Psychose ist eine Erkrankung, die im akuten Stadium mit Wahn (meist Verfolgungswahn), Halluzinationen (meist Stimmenhören) und verschiedenen Denkstörungen einhergeht. Meist bahnt sich eine Psychose aber langsam an mit nur ganz unspezifischen Symptomen wie Energieverlust, Konzentrationsstörungen, Ängsten, Misstrauen, merkwürdigen Erlebnissen und Verhaltensweisen. Wir haben für Menschen mit fraglich beginnender Erkrankung eine



Anita Riecher-Rössler: «Abgesehen vom Psychoserisiko kann chronischer Cannabiskonsum noch weitreichende andere Folgen haben.»

Spezialprechstunde eingerichtet, um die beginnende Psychose rechtzeitig zu erkennen und zu behandeln und es gar nicht zu einem Vollbild der akuten Psychose kommen zu lassen. Auch in dieser Sprechstunde fällt uns immer wieder auf, dass bei vielen Personen solche Symptome durch Cannabis mit ausgelöst wurden.

Ist es möglich, beispielsweise in Hirnscans von Psychosepatienten allfällige Defekte festzustellen?

Beim einzelnen Patienten lässt sich im Hirnscan kein wirklicher Defekt feststellen. Vergleicht man aber Gruppen von Psychosepatienten mit Gruppen von Gesunden, so zeigen sich bei den Kranken im Durchschnitt doch ganz leichte Hirnveränderungen in bestimmten Regionen.

Bedeutet ein Langzeitkonsum von Cannabis auch eine Verschlechterung bestimmter Bereiche des Hirns (Verringerung des Intelligenzquotienten) respektive Schädigung des Hirnsystems?

Bei Cannabiskonsumern sind die Veränderungen vor allem in den Regionen des Gehirns zu finden, an die das Cannabis andockt. Man kann also vermuten, dass es hier zu einer Beeinträchtigung des Hirnsystems kommt, die aber hoffentlich nicht dauerhaft ist. Zu der Frage, ob diese bleibt oder sich wieder

zurückbilden kann, gibt es leider noch keine Studien.

Gibt es eine Altersgrenze, ab der das Kiffen das Hirn weniger schädigt?

Hier kann man leider keine Entwarnung geben; eine Altersgrenze nach oben gibt es nicht. Man kann nur sagen, je jünger, desto schädlicher.

Existieren Zahlen von in der Schweiz Betroffenen?

Etwa 0,5 Prozent aller Menschen erkranken mindestens einmal im Leben an einer Psychose. Das ist in der Schweiz ähnlich wie in anderen Ländern. Der schleichende Erkrankungsbeginn liegt

in der Regel in jungem Alter, meist zwischen 15 und 30 Jahren.

Noch eine Frage zur Prävention: Wo sehen Sie Möglichkeiten, Jugendliche für diese komplexe Thematik zu sensibilisieren? Eigentlich sind ja die meisten gut informiert oder tun zumindest so...

Ich glaube nicht, dass die meisten gut informiert sind. Die Gefahren von Cannabis werden in den Medien und zum Teil auch von Politikern immer noch ziemlich verharmlost. Ganz abgesehen vom Psychoserisiko kann chronischer Cannabiskonsum noch weitreichende andere Folgen haben, etwa anhaltende Konzentrationsstörungen und Energielosigkeit. Auch sind die Probleme im Strassenverkehr sicher nicht zu vernachlässigen.

Interview: Madlen Blösch

Anita Riecher-Rössler

Frau Prof. Dr. med. Anita Riecher-Rössler, geb. 1954 in Tübingen/D, ist Ordinaria für Psychiatrie an der Universität Basel und Chefärztin des Zentrums für Gender Research und Früherkennung der Universitären Psychiatrischen Kliniken Basel. Sie war 1998 die erste Frau, die in einem deutschsprachigen Land auf einen Lehrstuhl für Psychiatrie berufen wurde.

Weiter in Netz

www.fepsy.ch: Basler Projekt zur Früherkennung von Psychosen.

Früherkennungssprechstunde, ein Angebot des Zentrums für Gender Research und Früherkennung (ZGF), c/o Universitätsspital Basel, info@fepsy.ch

www.feelok.ch

www.sucht-info.ch

Die Haltung des LCH

Im November 2008 wurde die Eidgenössische Volksinitiative «für eine vernünftige Hanf-Politik mit wirksamem Jugendschutz», die eine Legalisierung des Besitzes, Konsums und Anbaus von Cannabis vorsah, mit 65% der Stimmen abgelehnt. Auch der LCH hatte sich gegen eine Legalisierung ausgesprochen. Die Situation mit immer jüngeren «bekifften» Schülerinnen und Schülern sei aus schulischer Sicht sehr beunruhigend, schrieb die Geschäftsleitung LCH in ihrer Stellungnahme. Kategorisch abgelehnt wurde jedoch das damals aktuelle Begehren, Schulen sollten obligatorische Speichel- oder Urintests durchführen, um das Drogenproblem in den Griff zu bekommen. Solche Tests würden ein Klima des Misstrauens und der Verdächtigungen schaffen und seien mit der Rolle der Lehrerin/des Lehrers als Vertrauensperson für die Jugendlichen nicht vereinbar, hielt die Geschäftsleitung LCH fest.

Die Maler-Lehre

«Psychotische Krisen sind ernst zu nehmen, da sie unbehandelt zu schweren psychischen Erkrankungen führen können», heisst es auf der Website des Basler Projekts zur Früherkennung von Psychosen www.fepsy.ch. Das folgende Fallbeispiel soll zeigen, weshalb eine möglichst frühe Abklärung bei psychischen Beschwerden wichtig ist.

Fabio* war überglücklich, als er mit 16 Jahren endlich die obligatorische Schulzeit hinter sich lassen konnte, um ins Erwachsenenleben einzusteigen. Er hatte jedoch grosse Mühe, eine geeignete Lehrstelle zu finden. Mit temporären Einsätzen bei Baufirmen konnte er sich finanziell über Wasser halten.

Damals verbrachte Fabio sehr viel Zeit mit seinen Kameraden. So kam er erstmals in Kontakt mit Alkohol und Cannabis. In Zeiten, in denen Fabio zu Hause war, gab es oft Streit mit seinem Vater. Fabio wurde von ihm häufig als faul und als Schmarotzer hingestellt. Die Mutter hingegen war sehr besorgt um ihren Sohn und schaffte es nach mehrmaligen Versuchen ihn zu überreden, die Hilfe der Berufsberatung anzunehmen.

Konzentrationsschwäche, Schlafstörungen

Mit der Hilfe der dort arbeitenden Psychologin, welche sich sehr für den beruflichen Einstieg von Fabio einsetzte, gelang es ihm, eine Lehrstelle als Maler zu bekommen. Mit dem gesteigerten Engagement für die Arbeit liess auch der Kontakt zu seinen arbeitslosen Freunden und den Drogen nach. Er fühlte sich wohl in seiner Stelle und hatte einen guten Draht zum Chef, welcher sehr viel Potenzial in Fabio sah.

Nach dem ersten Lehrjahr hatte Fabio jedoch zunehmend Mühe, sich auf den zu lernenden Stoff zu konzentrieren. Durch zunehmendes Gedankenkreisen um ein mögliches Nichtbestehen der anstehenden Prüfungen wurde nachts das Einschlafen öfters zum Problem. Er wurde zunehmend energielos und antriebslos, hatte immer mehr Mühe, die Lehre durchzuhalten.

Die Folge war, dass Fabio die Prüfungen nicht bestand und das zweite Lehrjahr wiederholen musste. Sein Vater war darüber nicht sehr erfreut und reagierte wiederum feindselig und mit Ablehnung. In seinem Kummer allein gelassen, zog sich Fabio vermehrt aus dem Familienleben zurück und nahm wieder Kontakt auf mit seinen alten Freunden. Bei der Arbeit nahmen seine Konzentration und somit auch seine Leistungs-

fähigkeit stetig ab. Nachdem er wieder angefangen hatte, vermehrt Cannabis zu konsumieren, fiel ihm immer wieder auf, wie sich die Malerfarben bei der Arbeit veränderten. Vor allem rote Farben wirkten auf ihn häufig viel intensiver und scheinen zum Teil zu dampfen.

Misstrauen, Rückzug, Stimmen

Im weiteren Verlauf entwickelte er auch verstärktes Misstrauen gegenüber seinem Lehrmeister. Er hatte das Gefühl, dass dieser ihm seine Gedanken mit roter Farbe anmale und dadurch bestimmen könne, was er denkt. Er zog sich daraufhin auch immer stärker von seinen Freunden zurück. In manchen Momenten kam es auch vor, dass Fabio die Stimme seines Vaters oder die seines Lehrmeisters hörte, obwohl keiner im Raum war. Sie sagten etwa, dass er lernen müsse.

Kurz nach seinem 18. Geburtstag hörte Fabio dann erstmals von dem Begriff «Psychose». Seine Mutter hatte sich mit ihrem Hausarzt beraten, der andeutete, dass es sich bei Fabios Problem um eine Psychose handeln könnte. Fabio und seine Mutter stellten sich daraufhin in der Früherkennungssprechstunde vor.

Quelle: www.fepsy.ch

*Name geändert



Keine Entwarnung für «erwachsene» Konsumenten: Eine Altersgrenze nach oben gibt es beim Psychose-Risiko nicht.

So weit das Auge reicht

Vorsicht ist besser als Nachsicht: Wenn Lehrpersonen oder Kindergärtnerinnen bei Kindern Verhaltensauffälligkeiten feststellen wie häufiges Blinzeln, regelmässiges Reiben der Augen oder plötzliches Absacken der Leistungen, können dies Zeichen für eine Sehstörung oder Fehlsichtigkeit sein.

Die Basler Augenärztin Christine Schäfer rät in diesen Fällen unbedingt zu einer Kontrolle beim Arzt. «Weil die Folgen von unbehandelten Sehstörungen die Kinder ein Leben lang begleiten», empfiehlt sie generell eine Vorsorgeuntersuchung für jedes Kind beim Augenarzt mit spätestens drei Jahren.

Madlen Blösch

Christine Schäfer erinnert sich gut an den Abend. Sie arbeitete damals als Augenärztin auf der Notfallabteilung. Eine Mutter war mit ihrer Tochter ins Spital gekommen. «Sie hatte ihr zu Hause eine Geschichte vorgelesen, in der ein Mann auf einem Auge nichts sieht. Da sagte das etwa sechsjährige Mädchen, es sei doch normal, auf einem Auge nichts zu sehen.» Die Mutter sei so verunsichert gewesen, dass sie die Notfallstation aufsuchte. Bei der Untersuchung zeigte sich eine deutliche Weitsichtigkeit auf dem einen Auge. «Für eine Korrektur war es mit sechs Jahren natürlich schon sehr spät, denn die Entwicklung des Auges ist in diesem Alter fast abgeschlossen, weshalb trotz folgender Therapie eine gewisse Schwachsichtigkeit des weitsichtigen Auges erhalten blieb.»

Als eine der häufigsten Fehlfunktionen des Sehorgans bei Kindern nennt die seit 2005 in Basel praktizierende Augenärztin die Schwachsichtigkeit (Amblyopie) eines oder beider Augen, die z.B. durch hohe Kurz- und Weitsichtigkeiten oder durch Schielen bedingt sein kann. «Es gibt eine sensible Phase bei Kindern, in der das Sehen gelernt wird. Wenn diese Phase des Lernens zum Beispiel aufgrund des Fehlens einer Brille oder wegen Schielens nicht stattfindet, kann sich die Sehschärfe nicht richtig entwickeln und es kommt zur Schwachsichtigkeit eines oder beider Augen.»

Diese Phase findet relativ früh statt – in den ersten drei Lebensjahren. Zwar



Archivbild Claudia Baumgerger

Wenn ein Kind nicht richtig sehen kann, fällt es in seinen Leistungen zurück. Es ist langsamer als die andern und leidet entsprechend darunter.

kann auch zu einem späteren Zeitpunkt eine Verbesserung der Sehschärfe durch Therapien erzielt werden, in den ersten Lebensjahren ist die Aussicht auf Heilung jedoch wesentlich besser.

Vermeintliches Schielen bei Kleinkindern

Nun heisst es ja im Volksmund, die meisten kleinen Kinder würden schielen. Sieht die Augenärztin das auch so? Als

Laie könne man diesen Eindruck bekommen, bestätigt Christine Schäfer. Bei Kleinkindern sei beispielsweise der Kopf noch nicht fertig geformt und die Augen könnten relativ weit auseinander stehen, was für den Betrachter wie Schielen aussehen könne. «Die Koordination beider Augen prägt sich ebenfalls in den ersten Lebensmonaten aus. Ein allfälliges Schielen sollte danach verschwinden.»

«Es existiert nirgends ein Obligatorium, was unbefriedigend ist. Die Vorsorgeuntersuchungen basieren nur auf Empfehlungen.»

Bleibende Schielformen müssten hingegen ganz genau untersucht werden, weil das Risiko einer Schwachsichtigkeit bestehe. Gerade bei sehr kleinen Kindern seien die Untersuchungen schwierig.

Manche Veränderungen des Auges, die zu Sehstörungen führen können, sind offensichtlich. Ein heller Punkt in der Pupille, ein hängendes Augenlid, Augenzittern, Schielen oder auffallend grosse Augen können Anzeichen für Augenerkrankungen sein. Auch ein auffälliges Verhalten des Kindes wie nahes Herangehen an Gegenstände oder häufiges Anstossen an Kanten könne auf eine Sehstörung hinweisen. Christine Schäfer hält fest: «Manches kann der Augenarzt aber ebenfalls nur bei einer genauen Untersuchung feststellen.»

Bei etlichen Kindern können auch vererbte Sehstörungen auftreten. Ob sich diese ausprägen oder nicht, hängt von weiteren Faktoren ab. Bei Erkrankungen in der Familie lohne es sich, beizeiten aufmerksam zu sein. Neben den häufigsten Störungen wie Fehlsichtigkeit und gewissen Schielformen nennt die Augenärztin weiter den angeborenen Grauen Star und Farbblindheit. Vorsicht angebracht sei beispielsweise auch beim angeborenen Glaukom. «Man darf nicht vergessen, dass Sehstörungen für betroffene Kinder als normal empfunden werden. Sie kennen es nicht anders, auch wenn sie alles unscharf sehen.»

Leistungsabfall als Folge

Der Zusammenhang zwischen Sehstörungen und Schulerfolg ist für Christine Schäfer offensichtlich. «Wenn ein Kind nicht richtig sehen kann, fällt es in seinen Leistungen zurück. Es ist langsamer als die andern und leidet entsprechend darunter.»

Deshalb sind für sie im Kindergarten oder in der Schulstube beobachtete Verhaltensauffälligkeiten immer ein Zeichen dafür, genauer hinzuschauen: Klagen über Kopfschmerzen, auffallend häufiges Blinzeln, regelmässiges Reiben der Augen, Unkonzentriertheit im Unterricht, plötzliches Absacken der Leistungen ohne Grund oder wenn ein Kind

ständig überall stolpert. Bei solchen Beobachtungen sollte die Lehrperson die Eltern darauf ansprechen, denn sie könnten auf eine Sehstörung wie Fehlsichtigkeit oder verstecktes Schielen hinweisen. Dasselbe gilt bei Leseschwierigkeiten, hinter welchen sich ebenfalls ein Augenproblem verbergen kann.

In Fällen wie diesen rät Christine Schäfer unbedingt zu einer Kontrolle beim Arzt. «Lieber einmal zu viel geschaut als einmal zu wenig. Natürlich können solche Anzeichen auch andere Ursachen haben. Der Augenarzt kann die erforderlichen genaueren Abklärungen durchführen.» Es sei ja das erklärte Ziel, dass die Kinder und Jugendlichen wieder aufmerksam und interessiert am Unterricht teilnehmen können.

Die Forderung: Obligatorische Vorsorgeuntersuchungen

Weil die Folgen von unbehandelten Sehstörungen die Kinder ein Leben lang begleiten, plädiert Christine Schäfer für obligatorische Vorsorgeuntersuchungen. In keinem der deutschsprachigen Länder deckten die durch Schul- und Kinderärzte gemachten Untersuchungen die Gesamtzahl der Kinder ab. «Es existiert nirgendwo ein Obligatorium, was unbefriedigend ist. Die Vorsorgeuntersuchungen basieren nur auf Empfehlungen.»

Von augenärztlicher Seite bestehe aber der Wunsch nach einer obligatorischen Kontrolle. Sehtests beim Kinderarzt oder Schularzt seien wichtig, aber bei Auffälligkeiten müssten die Untersuchungen durch einen Augenarzt durchgeführt werden. Und zwar so früh wie möglich. «Empfehlenswert ist für jedes Kind eine Vorsorgeuntersuchung beim Augenarzt mit spätestens drei Jahren, sofern keine Erkrankungen in der Familie und keine offensichtlichen Störungen vorliegen.» Bei Frühgeborenen klappen die augenärztlichen Untersuchungen gut, da sie häufig schon durch die Klinik organisiert werden. Vielleicht seien in diesem Bereich Einsicht und Verständnis grösser. Ein falscher Ansatz sind für Christine Schäfer in diesem Zusammenhang die

Kosten. «Wenn der Kostenpunkt zum Thema wird, befinden wir uns plötzlich in einer ganz anderen, gesellschaftspolitisch relevanten Diskussion. Der Erfolg der augenärztlichen Vorsorgeuntersuchungen bei Kindern zeigt sich erst zu einem späteren Zeitpunkt. Nicht behandelte Fehlsichtigkeiten können später zum Ausschluss aus gewissen Berufskategorien führen – betroffen ist zum Beispiel die Tätigkeit als Pilot. Farbfehlsichtigkeit kann einem Kind die Zukunft in sehr vielen Berufen verunmöglichen.»

Die Kostenfrage sollte nicht als Politikum abgehandelt und auf eine reine wirtschaftliche Kosten-Nutzen-Rechnung reduziert werden; vielmehr sollte das Wohl des Kindes im Vordergrund stehen. Von obligatorischen Vorsorgeuntersuchungen würden auch jene Kinder erfasst, die heute keinen Zugang zu einer augenärztlichen Untersuchung haben. Und Christine Schäfer ergänzt schmunzelnd: «Manchmal sind übrigens solche Untersuchungen gar nicht so einfach; auch Kinder haben gute und schlechte Tage, an denen sie keine Lust haben und nur Quatsch machen wollen.»

Weiter im Netz

Augenklinik des Universitätsspitals Basel: www.unispital-basel.ch/das-universitaetsspital/bereiche/spezialkliniken/kliniken/augenklinik/

Die häufigsten Augenkrankheiten bei Kindern im Kindergartenalter:

www.muetterberatung.de/details/2731/Die_haeufigsten_Augenerkrankungen_bei_Kindern_im_Kindergartenalter.html

Panorama-Kalender mit Begleitheft für Schulen

Bilder faszinieren, machen neugierig, entführen in andere Welten, werfen Fragen auf, regen zur Auseinandersetzung an. Jeden Monat wechselt das Kalenderbild im Klassenzimmer und bietet somit 12 Mal im Jahr Gelegenheit, das Bild ins Zentrum einer Unterrichtsstunde zu stellen. Das Begleitheft «Im Bild» bietet Hintergrundinformationen, Tipps und Links und liefert kopierfertige Arbeitsblätter für den Unterricht (ab 6./7. Schuljahr).

Kalender für den Schulunterricht mit Begleitheft CHF 25.50

Versandkostenanteil pro Bestellung CHF 7.90, Preis inkl. Mwst.

Bestellmöglichkeiten: www.fairshop.helvetas.ch
oder telefonisch unter 044 368 65 65.



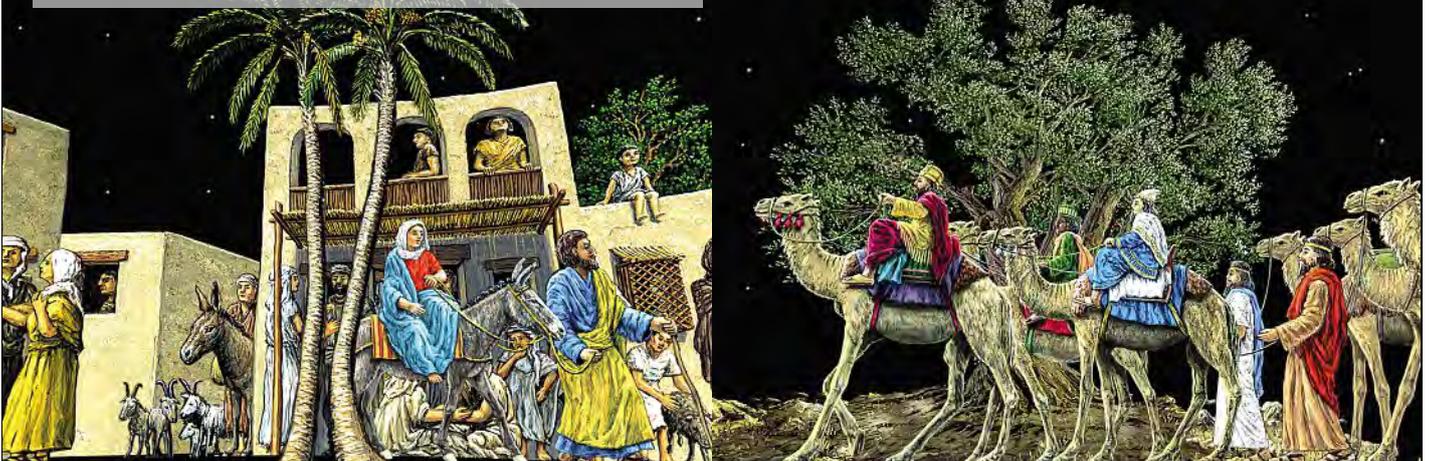
Kontakt Helvetas Schularbeit

Marianne Candreia: +41 (0)44 368 65 29
marianne.candreia@helvetas.org



verkehrshaus.ch
SCHULDIENTST

WIEHNACHTSGSGSCHICHT IM PLANETARIUM



- Schulvorführungen vom 16. bis 24. Dezember 2013.
Täglich um 10:00 und 11:00 Uhr.
- Geschichte erzählt von Jolanda Steiner
(Schweizerdeutsch)

- Illustriert mit wunderschönen Bildern und begleitet von der Musik der «Zäller Wiehnacht»
- Weitere Informationen und Reservation unter:
www.verkehrshaus.ch/schuldienst

Bewegung und Ergonomie verbessern Lernklima

Kleinigkeiten wie das Schräg- oder Hochstellen des Pultes haben einen grossen Einfluss auf die Leistungs- und Konzentrationsfähigkeit der Schülerinnen und Schüler. Noch haben aber Bewegungskultur und Ergonomie in der Schule gegenüber andern Themen eine eher geringe Bedeutung.

Leonie hat nach der Schule häufig Kopfweg, obwohl sie eine durchschnittliche Schülerin ist und nicht unter Stress leidet. Auffällig ist aber, dass sie sich beim Lesen sehr tief über das Blatt beugt.

Eigentlich sind ihre Augen gut, doch das Zusammenspiel der beiden Augen ist oft nicht optimal. Dies ist der Befund der Funktional-Optometristin Jeannette Bloch am Sehzentrum Zürich. Ihre Erkenntnis: «Ein Augentest ergibt als Ergebnis meistens eine normale Sehkraft. Er berücksichtigt aber in der Regel das Zusammenspiel und die visuelle Verarbeitung der beiden Augen nicht. Oft übernimmt ein Auge die Hauptarbeit, während das andere Auge immer mehr nachlässt, wenn man die Sehsituation überfordert.» Deshalb trainierte sie in zahlreichen Sitzungen die Augen von Leonie, aber auch ihrer kleinen Schwester Olivia. Beide trainieren zusätzlich ihre Augen zu Hause.

Martin Arnold

Jeannette Bloch sagt aus Erfahrung: «Jedes einzelne Auge ist in seiner Leistungsfähigkeit individuell und die Augen zweier Kinder sind ebenso verschieden wie ihre körperliche Entwicklung. Trotzdem sind in den meisten Klassen der Schweiz die Pulte auf die gleiche Höhe gestellt, obwohl nicht selten ein hochgewachsener Schüler neben einem kleinen Nachbarn sitzt.» Die einen sitzen deshalb mit gekrümmtem Rücken, die andern schauen in einem viel zu flachen Winkel auf ihr Blatt. Die Schrägstellung des Pultes könnte Abhilfe schaffen. Jeannette Bloch: «Wenn das Auge in einem rechten Winkel auf das Blatt fällt – und das ist bei einer Schrägstellung der Fall –, ermüdet das Auge wesentlich langsamer. Die Kinder können sich länger auf ein Thema konzentrieren und bleiben dabei ruhig.»

Starkes Kopfdrehen verschiebt Sehachse

Zudem fällt Jeannette Bloch immer wieder auf, dass Pulte so zusammengestellt



Schräglage hilft: Wenn das Auge im rechten Winkel auf das Blatt fällt, ermüdet es weniger rasch.

werden, dass die Schüler nur mit einer Kopfdrehung um 90 Grad auf die Tafel blicken können – und dies oft stundenlang. «Das kann in nur wenigen Monaten zu einer Verschiebung der Sehachse führen.» Und noch etwas bemängelt die Fachfrau: «Der ständige Wechsel von der weit entfernten Tafel oder dem Hellraumprojektor zurück auf das Blatt lässt die Konzentration ebenfalls schnell schwinden und Unruhe aufkommen. Besser wäre es, eine Kopie des Geschriebenen auf einem Blatt Papier abzugeben. Die Sitzhaltung und die gleichzei-

tige Naheinstellung der Augen verlangen vom Kind Höchstleistung.»

Die Erfahrung, dass mit sehr einfachen Massnahmen die Atmosphäre im Klassenzimmer beruhigt werden kann, macht auch Marie-Louise Hallmark. Die Ergonomin beklagt, dass Handlungsfragen in der Schule gegenüber Modethemen wie Ernährung und Bewegung eine geringe Bedeutung haben. Doch schlecht eingestellte Stühle und Pulte seien ein bekannter Risikofaktor für gesundheitliche Beschwerden, betont sie: «In der Wirtschaft werden ergonomische

Aspekte für den Aufbau eines gesunden Arbeitsplatzes sehr viel ernster genommen als in der Schule. Dabei ist die Schulbank unser erster Arbeitsplatz.» Deshalb bietet die Schwedin ihr Wissen in der Aus- und Weiterbildung der Lehrpersonen an.

Für sie ist das Arbeitsumfeld in der Schule von zentraler Bedeutung. Dazu zählen neben einem Pult in angemessener Höhe und einer Lesefläche in einem entsprechenden Winkel die Licht-, Lärm-, und Luftverhältnisse. «Wenn in einer Schule oder bei einer Lehrerin oder einem Lehrer das Bewusstsein da ist, dass diese Faktoren sich auf das Verhalten der Schülerinnen und Schüler auswirken können sie ein konzentriertes und produktives Klima schaffen.»

Marie-Louise Hallmark empfiehlt Lehrerinnen und Lehrern deshalb, bei diesen Punkten periodisch eine Standortbestimmung vorzunehmen. Freilich ist sie sich auch bewusst, dass im Schulalltag bei Gruppenarbeiten, die notgedrungen zu häufigen Platzwechseln führen, eine

allzeit angepasste Pulthöhe nicht eingehalten werden kann. «Expertinnen und Experten der Ergonomie sollten deshalb mit der Innenarchitektur und der Schulhausarchitektur zusammenspielen.»

Im Schneidersitz Kaugummi kauen

Die Notwendigkeit, Klassenzimmer ergonomisch zu optimieren, erkennt auch das Schweizerische Netzwerk Gesundheitsfördernder Schulen SNGS. Cornelia Conrad ist nationale Koordinatorin. Sie findet wichtig, dass Lehrerinnen und Lehrer ihre Schüler bewegen. In einem Pilotprojekt adaptieren Schulen in den Kantonen Thurgau und Basel-Stadt das Projekt Purzelbaum. Dieses Projekt wurde landesweit in zahlreichen Kindergärten und Kitas umgesetzt. Dabei geht es darum, bei den Kindern die Freude an mehr Bewegung zu wecken und das Interesse an einer gesunden Ernährung zu fördern. So wird die Geschicklichkeit gefördert und die Kinder werden ausgeglichener und sicherer. Ausserdem werden auch die Eltern informiert und integriert.

Es gibt das Prinzip, einen dynamischen Unterricht mit einfachsten Mitteln zu erreichen. Zwei Beispiele: Sitzen im Schneidersitz auf dem Stuhl während einer gewissen Zeit erlauben oder Kaugummikauen während der Prüfung, was einen leistungsfördernden Effekt hat, wie Studien nachgewiesen haben. Grundsätzlich, schlägt Cornelia Conrad vor, mit einfachen Mitteln den bewegten Unterricht und das dynamische Sitzen zu fördern und «falls ein Schulhausumbau oder gar ein Neubau geplant ist, empfehlen wir, sich beim Bau Gedanken auch über ergonomische und architektonische Massnahmen zu machen, welche die Gesundheit der Kinder fördern.» Das Netzwerk Bildung & Architektur ist dabei ein wichtiger Partner.

Weiter im Netz

www.schulergo.ch

www.sehzentrum-zuerich.ch

www.netzwerk-bildung-architektur.ch

www.radix.ch

Meals for Kids

Die junge Meals for Kids Kundschaft ist anspruchsvoll. Das heisst für uns: Frische, abwechslungsreiche und gesunde Menus kommen auf den Tisch. Aus hochwertigen Produkten. Und schonend zubereitet. Qualität mit Geschmack für Ihren Mittagstisch: So macht Kinderverpflegung allen Spass.

Kontakt

SV (Schweiz) AG
Meals for Kids
Wallisellenstrasse 57
CH-8600 Dübendorf

Tel +41 43 814 11 11
info@mealsforkids.ch
www.mealsforkids.ch

SVGroup

Passion for quality. Since 1914.



Aber sicher!

Appell an Jugendliche: «Be smart, work safe.»

Die Zahl der Arbeitsunfälle bei Jugendlichen ist in den letzten Jahren gestiegen. Jahr für Jahr erleiden in den Suva-versicherten Betrieben rund 19000 Lernende einen Berufsunfall, wovon durchschnittlich drei tödlich enden. Um diesem Trend entgegenzuwirken, lancieren das Präventionslabel «Save at Work» und die Suva eine dreijährige Sensibilisierungskampagne.

Das Thema Arbeitssicherheit ist für Jugendliche oft zweitrangig. Der Start in den Beruf, lange Arbeitstage, die neue Verantwortung usw. fordern

junge Mitarbeitende schon genug heraus. Themen wie Freunde, Sport oder Ausgang stehen höher im Kurs als Arbeitssicherheit. Die Botschaft lautet deshalb: «Be a smart worker: Wer mitdenkt, hat mehr von seiner Freizeit» zeigt Jugendlichen auf, welche Folgen falsches Verhalten am Arbeitsplatz auf die Freizeit haben kann. Wer beispielsweise beim Schweißen keine Schutzbrille trägt, kann sich am Auge verletzen und deshalb den geplanten Kinofilm am Abend nicht in 3D sehen.

Die Website www.bs-ws.ch, die Facebook-Seite www.facebook.com/besmart.worksafe, Online-Clips und ein Kinospot informieren zum Thema Arbeitssicherheit. Flyer, die bei Partnern und an Gewerbeschulen verteilt werden, runden das Infopaket ab. pd



Foto: © Thinkstock/Stock

Dank Helm zum Film: Arbeitssicherheit soll zum Thema werden.

Pubertät/Selbstwertgefühl Stärken stärken

«Sucht Schweiz» hat eine neue Website aufgeschaltet: mein-selbstwertgefuehl.ch. Jugendliche von 12 bis 18 Jahren sind eingeladen, sich mit ihrem Selbstwertgefühl auseinanderzusetzen. Dem Spannungsfeld zwischen einem gesunden Selbstwertgefühl und dem Selbstzweifel sind sie in der Pubertät besonders ausgesetzt. Auf der Identitätssuche werden Themen wie Berufswahl, Beziehungen oder Sexualität aktuell. Mit jugendgerechten Tests, Tipps und Spielen können Jugendliche ihr Selbstwertgefühl testen und entsprechend stärken.

Aggressionsforschung Zu kurzer Schlaf

Wenn Jugendliche von häufig sich streitenden Eltern zu wenig schlafen, so verhalten sie sich laut einer Nationalfonds-Studie der Universität Basel gegenüber Gleichaltrigen aggressiver als solche mit einem regelmässigen Schlafmuster. Die

Basler Forscher befragten 176 Jugendliche und deren Mütter, welche auch über Ehekonflikte Auskunft gaben.

Energydrinks Aufputschsucht

Auch im vergangenen Jahr wuchs der Markt: Branchenleader Red Bull verkaufte 5,2 Milliarden Dosen. Die deutsche Stiftung Warentest wollte wissen, was genau die Getränke im Körper der Konsumenten auslösen, und hat 24 Energydrinks im Labor untersuchen lassen. Dabei stellte sich heraus, dass der Effekt dieser Drinks von zwei bestens bekannten Zutaten stammt, nämlich von Zucker als Energielieferant und Koffein als Aufputschmittel. Die Stiftung Warentest warnt in diesem Zusammenhang vor einer Überdosierung mit Koffein durch den regelmässigen Genuss von Energydrinks. Dies könne zu einer Abhängigkeit von Koffein führen.

Zudem raten die Tester ab, solche Drinks mit Alkohol zu mi-

schen oder bei der Ausübung von Sport zu trinken. Solche Kombinationen seien riskant, weil es dabei zu Krampfanfällen, Herzrhythmusstörungen oder Nierenversagen kommen könne.

Jugendliche und Tabak Leicht zum Zug

In den meisten Kantonen schützt die Gesetzgebung heutzutage die Jugendlichen vor den Gefahren des Tabakkonsums, doch die Realität sieht anders aus. Zigaretten sind für Jugendliche immer noch leicht zu beschaffen. 69,8% bzw. 65% der Testkäufe, die «Sucht Schweiz» im Auftrag von CIPRET (Centre d'information pour la prévention du tabagisme) in den Kantonen Waadt und Freiburg durchgeführt hat, haben zu einem Verkauf an Jugendliche geführt.

Die Resultate dieser Untersuchung von «Sucht Schweiz» zeigen, dass bei der Einhaltung des Gesetzes durch das Verkaufspersonal Mängel bestehen. Und dies, obwohl in der

Mehrzahl der Verkaufsstellen durch angebrachte Plakate klar auf die Gesetzgebung hingewiesen wird. Deshalb sind laut «Sucht Schweiz» Sanktionen gegen Verstösse durch Behörden wichtig, gleichzeitig dürfen jedoch Schwierigkeiten, mit denen das Verkaufspersonal konfrontiert ist, nicht ausser Acht gelassen werden. Gefordert sind deshalb Schulungs- und Sensibilisierungsmassnahmen sowie Arbeitsbedingungen, die es ermöglichen, Vorschriften entsprechend umzusetzen.

Umgang mit Computern Tablet-Nacken

Kinder sind wegen der schlechten Körperhaltung im Gebrauch von Tablets besonders gefährdet. Eine Untersuchung der Bostoner Harvard School of Public Health hat gezeigt, dass durch die häufige Nutzung von Tablets bei Kindern Haltungsschäden verursacht werden. Die Fachleute sprechen wegen der Überlastung der Nackenmuskulatur vom «Tablet-Nacken».

«Es braucht eine grosse Anstrengung nicht zu reden, wenn man reden kann»

Zuhause plaudern die Kinder munter drauf los, aber sobald sie die vertraute Umgebung verlassen, verstummen sie. Fachleute sind sich einig: frühe Hilfe ist wichtig. BILDUNG SCHWEIZ besuchte das Zentrum für kleine Kinder in Winterthur, wo ein Team von Logopäden Kinder unterstützt, die nicht reden oder schwer verständlich sind.

Lea (Name von der Redaktion geändert) war schon immer ein zurückhaltendes Mädchen. Sie entwickelte sich unauffällig, sprach früh und ging früh. Im Februar 2011 – Lea war zweieinhalb – besuchte sie ihre Grossmutter in Slowenien. Dort begann sie plötzlich zu stottern und – wieder zu Hause – verstummte sie nach aussen ganz. Die beunruhigte Mutter entschied sich zusammen mit ihrem Kinderarzt für eine logopädische Abklärung, welche im Kantonsspital Winterthur stattfand und eine Therapie empfahl.

Madlen Blösch

Die im Zentrum für kleine Kinder tätige Logopädin Claudia Dürmüller berichtet von der grossen Anspannung zu Beginn der Therapie. Die Mutter sei nervös gewesen und voller Hoffnung, dass Lea zu reden beginnt. «Die Ablösung von der Mutter war in den ersten Stunden schwierig. Lea zeigte keinerlei Blickkontakt.»

Als Erstes galt es, über das Schweigen zu reden. «Wir haben von Beginn an über das Nichtreden gesprochen. Ich sagte ihr, dass es doch schwierig sein müsse für sie, nichts zu sagen.»

In der Arbeit mit Lea wurde deutlich, dass ihr Selbstkonzept mit dem Schweigen zusammenhing. Lea musste bezüglich ihrer Stärken und Schwierigkeiten Sicherheit gewinnen. Bevor sie fähig war, mit Fremden zu sprechen, musste sie erfahren, dass sie mit ihrem Handeln und vor allem auch mit ihrer Sprache etwas bewirken kann.

Versuch der «Versprachlichung»

Claudia Dürmüller beobachtete bei Lea, was sie tat und was sie damit sagen wollte – und versuchte dies zu versprachlichen. Dabei sei ihr die Intelligenz von Lea aufgefallen und was sie alles kann, ohne zu sprechen. Wenn die Therapeutin dem Kind dies sagte,



Foto: ©Thinkstock

Man kann nicht nicht kommunizieren: Auch Kinder, die schweigen, sprechen mit ihrer Umgebung.

wandte es sich meist ab, wollte nichts dergleichen hören. Lea kam zweimal wöchentlich in die Therapie, ohne ein Wort zu sprechen. Das sei manchmal schon schwierig gewesen für sie, sagt die Fachfrau.

Nach vier Monaten lächelte Lea manchmal während der Therapie, versuchte dies aber zu verstecken. Von der Mutter erfuhr Claudia Dürmüller, dass Lea nun immerhin gern zu ihr komme. Ein Schlüsselerlebnis hatte sie nach den Weihnachtsferien. Lea hatte ein kleines

Nilpferd, ein «Nili», geschenkt bekommen. «Ich merkte, wie gern sie mir das erzählt hätte. Ich sagte ihr: Schön blöd, dass ich nicht so recht weiss, was du in den Ferien gemacht hast und was du geschenkt bekommen hast. Sie wollte es mir berichten, aber das ging nicht – noch nicht.»

Zwei Wochen später feierten sie zusammen Leas Geburtstag. Und da begann Lea über ihr «Nili» zu erzählen – allerdings nur indirekt, erst mit krächzender Stimme und ganz leise, dann immer lau-

ter, wobei die Stimme natürlicher wurde. Während der Therapie blieb das Thema «Kontrolle» wichtig. «Die Tatsache, dass man nicht spricht, deutet darauf hin, dass man stark kontrollieren muss – man bestimmt dadurch über das Gegenüber.» Als Gegenüber tendiere man dazu, so die Logopädin, diesen Kindern viel abzunehmen. Dies sei ihr auch eine Zeitlang passiert. Sie habe dann begonnen zu widersprechen. Sie traute Lea zu, mit dem Nein umzugehen, und setzte Grenzen. «Dies führte zu Beginn bei Lea zu grossem Widerstand, aber inzwischen kann sie das gut akzeptieren.» Lange redete Lea von sich in der dritten Person. Erst vor den Sommerferien sagte sie zum ersten Mal «ich». Mit dem Reden ausserhalb des Therapiezimmers ging es auch immer besser – manchmal traute sie sich, manchmal nicht. Immerhin begann sie mit der Zeit, auch in der Spielgruppe zu reden.

Claudia Dürmüller beobachtet, dass Lea gewissen heiklen Fragen oft ausweicht. Beispielsweise will sie nicht sagen, mit wem sie gern redet und mit wem nicht, wann es schwierig ist und wann nicht. Sie habe aber auch in diesem Bereich grosse Fortschritte gemacht und sei nun immer mehr bereit, über ihr Nichtsprechen zu reden. Claudia Dürmüller ist zuversichtlich, dass Lea den Übertritt in den Kindergarten meistern wird. Spätestens Ende Jahr wird die Therapie abgeschlossen. Nicht zuletzt dank der guten Zusammenarbeit mit den Eltern. «Lea wird es schaffen, auch wenn sie nicht überall reden wird.»

Jedes Kind hat seine eigene Geschichte

Das «Nili», welches Lea letzte Weihnachten geschenkt bekommen hat, stammt aus dem Fundus des Zentrums für kleine Kinder. Es warten dort noch viele «Nilis» auf Kinder im Vorkindergartenbereich, die nicht reden oder schwer verständlich sind. Im kommenden Frühjahr feiert das Zentrum sein 20-jähriges Bestehen, die darin integrierte logopädische Praxis wird 25 Jahre alt. Barbara Zollinger ist seit Beginn dabei und hat in ihrer langjährigen Tätigkeit als Logopädin viele Kinder mit Mutismus kennengelernt. Sie erzählt von Kindern, die nur mit ihrer Mutter reden – nicht einmal mit dem Vater oder den Geschwistern. Und schon gar nicht im Kindergarten oder in der Schule. Ab und zu kommen auch Kinder, die noch nicht begonnen haben zu sprechen, die aber auch nicht

versuchen zu reden, obwohl sie es könnten.

Das Beispiel von Lea zeigt, wie viel Geduld und Zeit es braucht, um betroffene Kinder zu unterstützen. Jedes Kind hat seine eigene Geschichte. Häufig ist eine Trennungproblematik vorhanden, manchmal wird das Kind auch zu wenig oder nicht genug sorgfältig in seiner Entwicklung unterstützt. Es gilt, so Barbara Zollinger, immer wieder von Neuem zu verstehen, was dahinter steckt, und sich sorgfältig heranzutasten. «Je früher man mit der Therapie beginnt, desto grösser sind die Chancen, dass ein Kind seinen Mutismus überwindet. Es ist ein Teufelskreis: Man versucht auf alle Arten und mit allen Mitteln, die Kinder zum Sprechen zu bringen, und dies merken die Kinder natürlich.»

Nichtreden akzeptieren

Verunsichernd ist diese Situation vor allem auch für Lehrpersonen. «Sie geben sich Mühe und versuchen, trotz des Schweigens den Kontakt zu halten.» Sie rät Lehrpersonen, diese Kinder nicht speziell zu behandeln und den Umgang mit Mutismus im Klassenverband anzusprechen. Meist würden Gspänli das Nichtreden ohne Probleme akzeptieren. «Entscheidend ist, dass das Nichtreden respektiert wird. Viele beginnen irgendwann mit Flüstern. Schonen oder Unter-Druck-Setzen bringt nichts. Und ganz wichtig: Lehrpersonen sollen sich von einem solchen Verhalten nie persönlich betroffen fühlen.»

Wie geht sie diese Komplexität als Therapeutin an? «Wir arbeiten mit dem Ansatz des Verstehens: Was ist der Grund für Mutismus und wie können wir Kinder individuell unterstützen? Dies geschieht in Gesprächen, vor allem auch

mit den Eltern.» In den Therapiestunden steht das Spiel im Mittelpunkt – das Kind darf das Spielzeug spontan wählen. Manchmal werde während Monaten dasselbe Spiel hervorgeholt. Einige Kinder beginnen dann langsam, ihre ja vorhandene Sprache auf spielerische Weise einzusetzen. Es gebe immer wieder Kinder, die in die Sprache begleitet werden müssen. Dass gar nichts gehe, passiere selten. Bei den meisten verliere sich das Symptom des Mutismus mit der Zeit. Abschliessend meint Barbara Zollinger lächelnd: «In diesem Bereich zu arbeiten, gefällt mir immer noch; trotz aller Schwierigkeiten blicke ich auf viele positive Erfahrungen zurück.»

Weiter im Netz

www.kinder.ch: Zentrum für kleine Kinder, Winterthur

www.mutismus.ch: Interessengruppe Mutismus Schweiz

www.kindersprache.ch: Links von Fachstellen

Weiter im Text

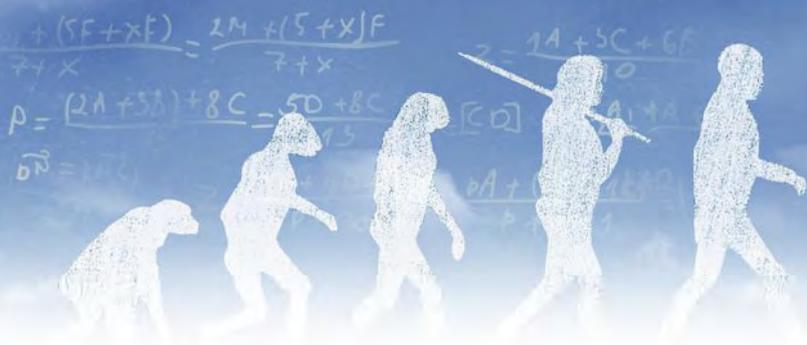
Nitza Katz-Bernstein: «Selektiver Mutismus bei Kindern»; Ernst Reinhardt Verlag München/Basel, 2007, 260 Seiten, ca. CHF 35.–, ISBN 978-3-497-01917-5.

Ornella Garbani Ballnik: «Schweigende Kinder». Formen des Mutismus in der pädagogischen und therapeutischen Praxis; Vandenhoeck & Ruprecht Göttingen, 2009, 290 Seiten, CHF 39.90, ISBN-10 3525402015.

Elektiver Mutismus

Der elektive Mutismus (auch selektiver Mutismus genannt) ist eine psychische Störung, die meist zwischen dem fünften und neunten Lebensjahr auftritt, also häufig dann, wenn die Kinder in den Kindergarten oder die Schule kommen. Das betroffene Kind hat im Prinzip die Sprache erworben, spricht jedoch nur innerhalb eines ihm vertrauten Rahmens (Eltern, Verwandte). Ausserhalb weigert es sich aus vorerst meist nicht bekannten Gründen, zu reden.

Für die Schweiz liegen keine repräsentativen Zahlen von Betroffenen vor. Man geht von zwei bis fünf von 10 000 Kindern aus; Mädchen sind etwa doppelt so häufig betroffen wie Buben.



ROHSTOFFE IM FOKUS

SRF MYSCHOOL BERICHTET ÜBER DIE EIGENSCHAFTEN WERTVOLLER BODENSCHÄTZE UND WARUM DIE VERKNAPPUNG VON RESSOURCEN WELTWEIT FÜR KONFLIKTPOTENZIAL SORGT.

FILME UND
BEGLEIT-
MATERIAL AUF

srf.ch/myschool

SCHWEIZERISCHES NATIONAL MUSEUM. Landesmuseum Zürich.

GUT ZUM DRUCK
Kunst und Werbung
bei Wolfensberger
25.10.2013 – 28.2.2014

www.gutzumdruck.landesmuseum.ch

Warum wir geborene Schleckmäuler sind

Alles ist lernbar! Stimmt das auch beim Essverhalten? Kinder haben nicht immer gleich viel Appetit und auch nicht immer auf dieselben Nahrungsmittel Lust. Lohnt sich dennoch der tägliche Kampf am Tisch für gesundes, ausgewogenes Essen? Regula Fischer, Mitglied der LCH-Fachkommission Hauswirtschaft, vermittelt Grundlagen und Erfahrungen.

Wie kann es sein, dass Luca von klein auf praktisch alles ass, während seine grössere Schwester Anna als Kind nur sehr wenige Lebensmittel wirklich gemocht hat und immer noch am liebsten isst, was sie kennt? Was kann man lernen und was wird einem in die Wiege gelegt?

Regula Fischer-Hendry

Die Forschung begründet die Mechanismen, welche im Kleinkindes- und Kindesalter zur Ausbildung von Vorlieben und Abneigungen und zur weiteren Differenzierung des Geschmacks entwickelt werden, durch die prä- und postnatale Prägung (Aspekte der Ernährungspsychologie, Th. Ellrott, Göttingen, «Wie Kinder essen lernen»).

Die genetische Präferenz für süss ist angeboren. Diese Geschmacksqualität muss nicht gelernt werden. Neugeborene mögen süss. Bei Experimenten konnte nachgewiesen werden, dass die Präferenz für süss in sehr tiefen Hirnregionen verankert und bereits vor der Geburt vorhanden ist. Paul Rozin, Professor für Psychologie und Autor zahlreicher Fachpublikationen zur Ernährungspsychologie, spricht vom Sicherheitsgeschmack der Evolution.

Es gibt nichts Süsses auf der Welt, das giftig ist. Durch ihren Milchzuckerhalt schmeckt auch Muttermilch leicht süss. In Zeiten knapper Nahrungsressourcen war die Bevorzugung von süssen Lebensmitteln mit höherer Energiedichte – viele Kalorien, wenig Ballast – über Jahrtausende ein entscheidender Überlebensvorteil.

Für den Bittergeschmack lässt sich genau das Gegenteil beschreiben. Salzige, saure oder bittere Speisen werden von den Neugeborenen abgelehnt. Ein Beweis, dass die Vorliebe für Süsses genetisch bedingt ist, ist die Geschmacksempfindlichkeit, die bei den Menschen



Foto: ©Thinkstock

Nichts Süsses ist giftig. Was den Vorfahren beim Überleben half, steuert noch heute unser Naschverhalten.

Wenn man dem Kind sagt, es sei ganz wichtig, Gemüse zu essen, damit es gesund und gross wird, versteht es dies bestimmt nicht. Wie auch, wenn es Karotten isst und trotzdem einen gemeinen Schnupfen und Husten hat?

mit dem Alter abnimmt («The Psychology of Eating and Drinking» von Alexandra W. Logue).

Vererbte Vorlieben

Die sozialen und kulturellen Rahmenbedingungen haben grossen Einfluss auf die Ausbildung der Essgewohnheiten der Kinder und werden durch diese gesteuert. Das Essverhalten der Mutter während der Schwangerschaft prägt die Vorlieben für gewisse Geschmacksrichtungen des Neugeborenen schon im Mutterleib stark mit. Man spricht von In-utero-Programmierung. Diese quasi vererbten Vorlieben werden von Geburt an durch einen jahrelangen soziokulturellen Lernprozess überformt.

Durch den indirekten Kontakt mit den Geschmackseindrücken über die Nabelschnur und das Fruchtwasser lernt das Kind Lebensmittel geschmacklich bereits im Mutterleib kennen und bevorzugt solche Geschmackseindrücke auch nach der Geburt.

Isst die Mutter von Luca schon während der Schwangerschaft sehr abwechslungsreich, so sorgt sie dafür, dass dieser später einer grossen Zahl von verschiedenen Lebensmitteln gegenüber aufgeschlossen sein wird. Der In-utero-Prägungsprozess setzt sich auch postnatal fort. Sensorisch spielt die Muttermilch weiterhin eine Rolle, da die Geschmacksstoffe der von der Mutter verzehrten Speisen in niedriger Konzentration in der Milch vorhanden sind. Die Abneigung gegenüber neuen Nahrungsmitteln ist bei gestillten Kindern oft kleiner. Ebenso haben sie ein niedrigeres Adipositasrisiko, weil sie durch die postnatale Prägung, falls von der Mutter während dem Stillen gegessen, Lebensmittel mit einer geringen Energiedichte wie z.B. Obst, Früchte, Gemüse u.a. kennen.

Neugeborene lernen durch den wiederholten Kontakt mit bestimmten Geschmackseindrücken Vorlieben zu entwickeln. Sie lernen zu schmecken (sensorisch), was ihnen angeboten wird. Mit der Zeit mögen sie diesen Geschmack denn auch. Dieser «Mere-Exposure-Effect» beschreibt die gewohnheitsbildende Erfahrung durch die Geschmacksangebote der Esskultur der Familie.

Beginnt Luca feste Nahrung zu sich zu nehmen, welche nicht mehr den süsslichen Geschmack, wie zum Beispiel bei einem geriebenen Apfel, haben, so braucht er einige Male, bis er das neue Lebensmittel gerne mag. Dieses Einüben und die dabei gemachten Erfahrungen gehen weit über das Kleinkindesalter hinaus.

Auch die Konsistenz spielt dabei eine grosse Rolle. Es gibt Kleinkinder, die gerne Brei oder leicht pürierte Lebensmittel essen, und andere, die Brei kategorisch ablehnen, aber schon gerne eine Brotkrume im Mund haben, bevor sie beissen können. Dies auch, wenn sie sehen, wie die grösseren Kinder und die Erwachsenen am Tisch «richtiges» Essen zu sich nehmen. Bei Brot kann das auch nicht erstaunen. Wird es lange genug mit Speichel eingehüllt, schmeckt es durch die Speichel-Amylase süsslich. Vor allem aber wollen sie auch dazu gehören und selber essen dürfen. Die kleinen Esser sind neugierig. Sie wollen die Karotten nicht nur schmecken, sie wollen auch wissen, wie es sich anfühlt, wenn sie diese in der Hand zerdrücken. Oft fordern sie die Erwachsenen heraus, indem sie ihnen viel Geduld bei Tisch abverlangen.

Essen braucht Zeit. Essen ist ein Ritual. Regeln und Rituale bei Tisch können nur dann gelehrt und gelernt werden, wenn man diese übt. Essen ab Kleinkindesalter ist wegweisend für das spätere Essverhalten. Kleinkinder kopieren. Spielen mit dem Essen bei Tisch ist ebenso legitim, wie wenn die Eltern während dem Essen ihre Mails auf dem Smartphone checken. Eltern oder Erzieher sind Vorbilder in allem, was sie sagen, machen und verlangen. Soll ein Kind seinen Teller leer essen, ist es für dieses schwer verständlich, wenn in seiner Gegenwart etwas völlig anderes gegessen wird, als das, was es selber auf dem Teller hat. Dies beginnt spätestens dann, wenn das Kind von sich in der Ich-Form sprechen kann.

Kleinkinder könnten jeden Tag Spaghetti essen. Während bei Erwachsenen die sensorische Sättigung ausgeprägt ist und uns ein Gericht sprichwörtlich «zum Hals raushängt», brauchen Kinder ei-

nige Wiederholungen eines Gerichtes, bis die sensorische Sättigung auf Ablehnung schaltet.

Der «Mere-Exposure-Effect» führt also dazu, dass Kinder wiederholt das essen, was sie kennen. Die spezifisch-sensorische Sättigung beugt einer zu einseitigen Nahrungsauswahl vor.

Es lohnt sich also, den Kleinkindern nicht nur die Nahrungsmittel aufzutischen, die sie sicher mögen, weil sie sie kennen und auch ohne Theater essen, sondern sie immer wieder durch ein neues zu ergänzen oder zu ersetzen. Immer und immer wieder!

Schön angerichtete Teller – wie z.B. ein Clowngesicht aus Kartoffeln, Karotten und Broccoli geformt – kann bei Kindern eine grosse Wirkung haben.

Konsequenz ja, Strafe nein

Wenn man dem Kind sagt, es sei ganz wichtig, Gemüse zu essen, damit es gesund und gross wird, versteht es dies bestimmt nicht. Wie auch, wenn es Karotten isst und trotzdem einen gemeinen Schnupfen und Husten hat?

Das Kind versteht auch nicht, wieso es, wenn es den Teller ganz leer gegessen hat, nach dem Essen ein Stückchen Schokolade zur Belohnung bekommt, wenn sonst Schokolade so ungesund und schlecht für die Zähne ist. Abgesehen davon soll Essen nie mit Belohnung oder Bestrafung in Zusammenhang gebracht werden: «Zur Strafe gehst du jetzt ohne Nachtessen ins Bett!» Besser ist die Verbindung mit einer Konsequenz. «Du kannst mit Essen aufhören, wenn du nicht mehr magst, aber bis zum Zvieri gibt es nichts mehr.»

Wie soll Anna ein Sättigungsgefühl entwickeln, wenn sie allen Reis aus der Schüssel aufessen muss, damit es am Abend keine Resten gibt? Reissalat am nächsten Tag schmeckt doch auch – vor allem wenn Anna beim Zubereiten helfen darf.

Der kleine Luca kann aber auch selber Aversionen entwickeln, an denen er sich viele Jahre später noch schwer tun wird. Isst Luca beispielsweise an einem Kindergeburtstag eine verdorbene Bratwurst, kann es sein, dass er später nie mehr Bratwürste essen wird oder sehr

lange dafür braucht, wieder eine zu probieren. Diese negative Besetzung des Geschmackseindrucks soll den Menschen vor einer wiederholten unangenehmen und potenziell lebensgefährlichen Konsequenz schützen.

Anna wird beispielsweise Vanilleglace in schlechter Erinnerung behalten, wenn sie diese als Kind nach einer Mandelentfernung mit zeitgleichen Komplikationen im Spital gegessen hat.

Genuss und Lebensqualität

Inzwischen ist Anna erwachsen und eine tolle Gastgeberin. Eine gemütliche Tischrunde mit Freunden zieht sie einem Kinobesuch vor. Am liebsten kocht Anna mit ihren Freunden das Abendessen gemeinsam. Ihre Küche ist nicht gross und die modernsten Geräte hat sie auch nicht, aber das spielt auch gar keine Rolle.

Dies war bei dem kleinen Luca zu Hause auch nicht anders. Schon als Kleinkind war er oft bei seiner Mutter in der Küche und schaute ihr beim Kochen zu. Wenn er die Hand ausstreckte, bekam er eine Kelle zum Spielen oder manchmal ein Stück Apfel, eine Gurke – oder er durfte kosten, was die Mutter gerade zuberei-

tete. Luca lernte die Nahrungsmittel mit allen Sinnen ganz spielerisch kennen. Als er grösser wurde, kochte er auf seinem kleinen Spielzeugherd in der Küche neben der Mutter für seine Teddys mit.

Luca lernte, wie er mit seinem Grossmami ein Birchermüesli selber zubereiten kann. Einmal biss er in eine Stachelbeere, die auf dem Tisch lag. Die Grossmutter erklärte ihm dann, dass sie daraus Konfitüre macht. Nun kannte er eine Beere mehr.

Inzwischen ist Luca gross. Hat er Zeit, schaut er immer noch gerne in der Küche zu oder hilft seiner Mutter beim Kochen. Abends wärmt er sich etwas auf oder kocht sich eine Kleinigkeit – er kennt so viele Varianten, vom Zusehen, Helfen, Selberkochen und Fehlermachen-Dürfen, dass er Selbstgekokochtes dem Convenience Food vorzieht.

Etwas ist ihm besonders wichtig. Essen ist nicht nur das Stillen von Hunger, sondern auch Genuss und Lebensqualität – durch den Mund – in guter Gesellschaft bei Tisch, wo Gespräche geführt, Konflikte gelöst und Freundschaften gepflegt werden.

Heute Abend ist er bei Anna eingeladen.

Nahrhaftes Facebook

Die Schweizerische Gesellschaft für Ernährung SGE ist seit dem letzten Frühjahr auch auf Facebook vertreten. Mit diesem Schritt will die SGE die Kommunikation mit der breiten Bevölkerung weiter intensivieren und dabei auch einen Raum für den interaktiven Dialog mit ernährungsinteressierten Personen und der breiten Öffentlichkeit zur Verfügung stellen.

Auf der Seite SGE sollen die Facebook-User jeweils an erster Stelle die neusten Erkenntnisse aus der Ernährungswissenschaft erfahren und auf ernährungsrelevante Events hingewiesen werden. Dazu bietet die Seite den Usern eine Plattform, um sich untereinander auszutauschen.

Die Schweizerische Gesellschaft für Ernährung SGE ist die nationale Organisation für Ernährungsfragen. Sie klärt die Bevölkerung und die Fachwelt mit wissenschaftlich abgesicherten Informationen auf und zählt rund 7000 Mitglieder und Abonnenten, die meisten davon Fachleute aus dem Ernährungs-, Gesundheits- und Bildungsbereich sowie ernährungsinteressierte Konsumenten.

Kinder trinken zu wenig

Die Schweizerische Gesellschaft für Ernährung SGE empfiehlt Kindern im Alter von 6 bis 12 Jahren einen Liter Getränke pro Tag, bevorzugt in Form von ungesüsstem Getränken wie Hahnenwasser oder natürlichem Mineralwasser. Mehr als jedes 4. Schulkind in der Schweiz erreicht diese empfohlene Menge jedoch nicht, wie eine repräsentative Studie zum Getränkekonsum von 5- bis 12-jährigen Kindern ergab.

Die Studie zeigt ferner, dass jedes 6. Schulkind im Alter von 6–12 Jahren am Vormittag (nach dem Frühstück bis zum Mittagessen) nichts trinkt. Es sei jedoch wichtig, regelmässig über den Tag verteilt zu trinken, heisst es in einer Medienmitteilung der SGE: «Nur so ist es möglich, die Leistungs- und Konzentrationsfähigkeit – beispielsweise im Schulunterricht – über den ganzen Tag hinweg aufrecht zu erhalten.»



Foto: ©Thinkstock

Dürfen Kinder beim Kochen mithelfen, so fördert dies die Freude an gutem Essen.



**Informations-
veranstaltung**

**Masterstudiengang
Sonderpädagogik**
mit den Vertiefungsrichtungen
– Schulische Heilpädagogik
– Heilpädagogische Früherziehung

**Mi, 6. November 2013
15.00–17.30 Uhr**

Keine Anmeldung erforderlich

Mehr Infos unter www.hfh.ch/agenda,
über Tel. 044 317 11 41 / 42 oder
info@hfh.ch.

HfH Interkantonale Hochschule
für Heilpädagogik

Schaffhauserstrasse 239
8057 Zürich
www.hfh.ch



PH Zürich  ZfB – Zentrum für Beratung

Kompetent nahe am Anliegen

Sie bestimmen die Richtung.
Wir zeigen Spielräume auf.

Pädagogische Hochschule Zürich · ZfB – Zentrum für Beratung
www.phzh.ch/beratung




Kollektiv gut betreut

Sparen Sie bis zu 32% auf den
Zusatzversicherungen

Gratis Hotelcard!

Jetzt doppelt profitieren!
Beantragen Sie bis zum 30.11.2013 eine Offerte oder einen Beratungs-
termin und sparen Sie bis zu 32% auf den Zusatzversicherungen.
Die ersten 100 Anfragen erhalten eine Hotelcard im Wert von CHF 95.-
(www.hotelcard.ch).

Gerne informieren wir Sie über Ihre Vorteile als Mitglied des Dachverbands
Schweizer Lehrerinnen und Lehrer unter: www.visana.ch/kollektiv/LCH

visana
Rundum gut betreut.

KOMET

Unser Bildungskörper

Jürg Brühlmann, Leiter der Pädagogischen Arbeitsstelle LCH, riecht, hört, fühlt und schmeckt für uns im Garten der Bildung – querbeet.

Mit «Leib und Seele» gärtnern meint so etwas wie «ganz und gar» oder «mit vollem Einsatz». Auch «Leib und Gut» meint mehr als alles, der Verlust trifft die ganze Sippe. Das Lehnwort Körper dagegen kommt von lat. «corpus». Gemeint ist eher der Gegenstand oder die Form. Himmelskörper, Fremdkörper, Körperschaft oder Verkörperung sind Ableitungen. Als Voraussetzung, um Gärtner zu werden, wird «geistige und körperliche Beweglichkeit» verlangt. Man hat sie – oder nicht. Die Rückenschmerzen als Leibscherzen fühlt man.

«Leib» tönt irgendwie lebendiger, aber auch altmodischer, fast schon etwas biblisch: Wenn der Brotlaib (mit ai) gebrochen wird, ist der Leib Christi gemeint. «Leib» kann mit sinnlichen Erfahrungen, Gefühlen und Schmerzen

«Lehrpersonen stehen vor der Klasse nicht nur mit der Hand, sondern leibhaftig. Jede Emotion ist jederzeit ablesbar. Wir modellieren die Stimme, schwitzen, wir haben erhöhten Puls und Blutdruck, schütten Glücks- und Stresshormone aus, Adrenalin, Dopamin, Cortisol.»

verbunden sein, also eher mit dem SEIN als mit dem HABEN: «wohlbeleibt», «leib-eigen», sich jemanden «vom Leib halten», «am eigenen Leib erfahren» oder bei «lebendigem Leib verbrennen» deuten darauf hin.

Auch «Unterleib», «Leibesfrucht» oder «Leibarzt» wirken eher wie ein Boxhieb in den weichen Bauch als in einen harten Sack. Das Erscheinen des «Leibhaftigen» verhilft gar zu existentiellen Erfahrungen. So, wie wenn die «Seele aus dem Leib bricht». Und auch die «Leibrente» zielt eher auf den Erhalt des SEINS und weniger auf eine Zunahme an HABEN.

Pestalozzi sprach vor 200 Jahren recht sachlich von «Kopf, Herz und Hand». Da wurde also schon früh einiges weggedacht, was doch zum Lehrberuf gehört: Beherzt unterrichten ist gut, be-seelt unterrichten wäre besser. Die Hand wird als ein Teil des Körpers gesehen, damals zu Beginn der Industrialisierung meist assoziiert mit Arbeit.

Der Leib meint – anders als die Hand – vollen Einsatz: Lehrpersonen stehen vor der Klasse nicht nur mit der Hand, sondern leibhaftig. Jede Emotion ist jederzeit ablesbar. Wir wählen gezielt unseren Standort. Wenn es irgendwo unruhig wird, wenden wir nicht nur gezielt den Kopf, sondern gehen je nachdem leibhaftig dorthin. Wir modellieren die Stimme, schwitzen, haben erhöhten Puls und Blutdruck, schütten

Glücks- und Stresshormone aus, Adrenalin, Dopamin, Cortisol.

Wenn wir nicht im Strumpf sind, kann uns die Präsenz und Performanz des Leibes im Stich lassen, das merken die Schülerinnen und Schüler sofort. Wenn sie nicht Erbarmen haben, nützen sie unsere Schwäche sofort aus. Drehen wir uns zu oft zur Wandtafel oder zur Projektionsfläche, verlieren wir den Kontakt. Ein weinendes Kind mit Trauer oder Schmerzen halten oder zu streicheln ist heute für Lehrer tabu. Zu viel Leib. Kommen wir aber eine Minute zu spät, geht oft schon die Post ab.

Der Leib der Lehrpersonen ist bisher kein Ausbildungsthema an den Hochschulen, es gibt wenig ETCS-Punkte, keine Fachdidaktik kümmert sich um den Leib, ausser vielleicht ein Freifach Ausdruckstanz, ein Workshop Auftrittskompetenz oder ein Seminar Stressbewältigung... Dabei kann eine dysfunktionale Körperkommunikation gut vorbereitete Lektionen missraten lassen. Der Leib lässt sich bisher nicht abschaffen. Deshalb wird an der Performanz des Körpers

gearbeitet, weniger, weil er unser Hauptinstrument ist, mehr, weil er da ist und stören könnte.

Wenn es gut läuft, ist uns «die Rolle auf den Leib geschneidert». Stellen wir uns vor: Was wären Lehrpersonen ohne Leib und sicher auch Seele und Geist? Stellen wir uns vor: Zuerst würden wir in der Berufsausbildung auf unseren Leib fokussieren, auf seine Wirkung nach innen und aussen, wir würden lange und intensiv am Hauptinstrument arbeiten und erst dann Lektionen planen, Inhalte strukturieren lernen?

Man spricht auch vom «Lehrkörper» an den Schulen. Harry Büchel, SVP-Präsident Rheintal (SG), wurde am heissen 24. Juli 2015 in einem Leserbrief des St. Galler Tagblatts so abgedruckt: «Ich stehe klar hinter der heutigen Lehrerschaft mit ihrem angewandten Bildungskörper.» Okay, das nehmen wir gerne mit. Oha – und da twittert ja noch unser #Querbeetgärtner: «Mir hüpfet das Herz im Leib». Gut so, besser als Rückenweh, denn Lachen und Glück sind bekanntlich Medizin für Leib und Seele.

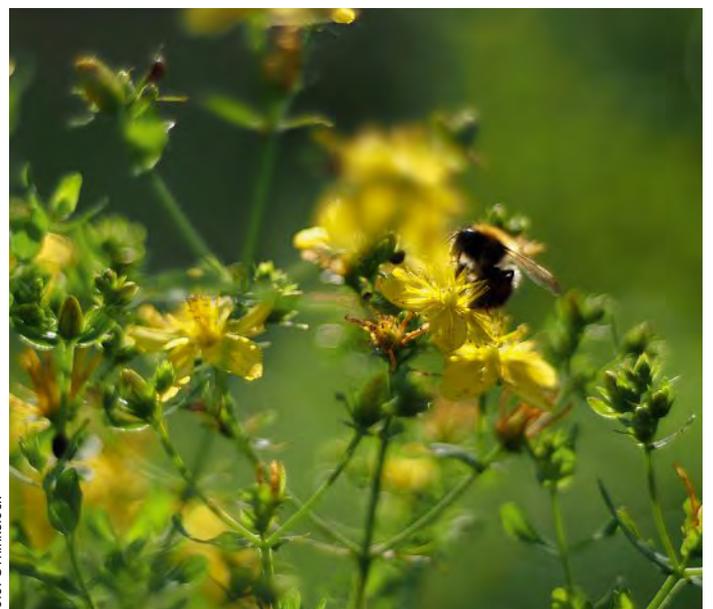


Foto: ©Thinkstock

Heilpflanze für Bildungskörper und Lehrseele: Das Johanniskraut (hypericum perforatum). Weitere Informationen: www.lch.ch.

«Störungsfreier Unterricht ist eine Fiktion»

Eingreifen oder laufen lassen? Der Umgang mit Unterrichtsstörungen trägt entscheidend dazu bei, ob Lehrpersonen ihr Tun als wirksam und befriedigend erleben – mit nachweislichen Wirkungen auf die Gesundheit.



Turbulenzen und Verwerfungen gehören zum Schulalltag und sind dennoch der Stressfaktor Nr. 1 im Unterricht.

Archivbild: Claudia Baumberger

Wenn Schüler den Unterricht stören, ist die Lehrperson gefordert: Soll sie eingreifen oder den Unterricht laufen lassen? Für Hanspeter Lehner, ehemaliger Sekundarlehrer, Supervisor und seit vier Jahren Mitarbeiter Zentrum Gesundheitsförderung PH Luzern, ist es eine Kunst, den richtigen Entscheid zum richtigen Zeitpunkt treffen. An einem Workshop anlässlich der Impulstagung des Schweizerischen Netzwerks Gesundheitsfördernder Schulen SNGS vom letzten Dezember in Zürich hat er das Thema «Unterrichtsstörungen sicher begegnen» vertieft beleuchtet.

Stressfaktor Nummer 1 im Unterricht

Die Unterrichtsstunde hat begonnen, die Schüler sitzen an ihren Plätzen. Aber es ist unruhig. Kevin nimmt seinem Kollegen den Gummi weg, Reto und Susanna flüstern leise und grinsen, Louis macht Grimassen. Der Lehrer fühlt sich inzwischen dermassen gestört, dass er den Unterricht unterbricht und interveniert. Er könnte aber auch den anderen Weg wählen und mit einer gewissen Gelassen-

heit die Störfaktoren übergehen. Die kurze Szene zeigt auf, wie schwierig es sein kann, bei Störungen im Unterricht adäquat zu reagieren. Wo eingreifen, wo laufen lassen? Das ist eine Kunst, sagt Hanspeter Lehner. Diese Kunst müsse jede Lehrperson lernen, und zwar immer wieder aufs Neue. Aus Untersuchungen ist bekannt, dass Störungen im Unterricht zu den grössten Stressfaktoren im Schulalltag einer Lehrperson gehören und die Lehrergesundheit nachweislich beeinträchtigen.

Nicht genug, die Lehrkraft ist auch generell enormen Belastungen ausgesetzt: Verhalten von schwierigen Schülern, Klassengrösse, Stundenzahl oder Schulverwaltungsaufgaben. Sie muss dauernd präsent und konzentriert sein. Und nicht zu vergessen der Erwartungsdruck seitens der Eltern.

Eigentlich stellt sich die Frage: Wie kann ich meine Klasse so führen, dass ich dabei gesund bleibe – oder was kann ich tun, um Unterrichtsstörungen zu vermeiden und auf eine gute Art zu reagieren? Hanspeter Lehner hat seinem

Workshop zum Thema «Unterrichtsstörungen sicher begegnen» das Classroom-Management von Gert Lohmann zu Grunde gelegt. Aus Lohmanns zwölf Thesen hat Lehner drei vorgestellt. Seine erste: «Ein störungsfreier Unterricht ist eine didaktische Fiktion.» Denn Störungen können von Lehrpersonen oder von Schülern verursacht werden. Auf beiden Seiten existieren unterschiedliche Erwartungen und Normvorstellungen. Die zweite lautet: «Viele störende Hunde sind des Hasen Burnout.» Lohmanns Ausführungen dazu: «Den grössten Leidensdruck verursachen dabei die häufigen alltäglichen Störungen, die sich addieren können und zu einer ständigen akustischen motorischen Unruhe führen und entsprechende Aufmerksamkeits- und Konzentrationsdefizite verursachen. Allein der in vielen Klassen nahezu permanent vorhandene Lärmteppich nagt auf Dauer am Nervenkostüm des Lehrers.»

Kinder und Jugendliche leben in einer anderen Welt als die Lehrpersonen und verfolgen andere Ziele, dies die dritte

These. Ausserschulische Werte werden in die Schule getragen. Während die Lehrperson ihren Unterrichtsstoff optimal vermitteln will, kommen die Schüler in die Schule, um andere zu treffen. Die einen wollen dem Lehrer gefallen, andere wollen Aufmerksamkeit.

Unterrichtsstörungen sind deshalb Signale an die Lehrperson. Sie wollen etwas mitteilen, beispielsweise, dass der Unterricht langweilig und uninteressant ist, dass man zwar lernen möchte, aber auf eine andere Weise, oder dass einem schlicht der Sinn des schulischen Unterrichts nicht einleuchtet.

Aufgrund seiner langjährigen Tätigkeit als Sekundarlehrer ist Hanspeter Lehner überzeugt, dass die Lehrperson bereits im Vorfeld viel unternehmen kann. Beispielsweise kann sie die Beziehung zu den Jugendlichen fördern, sich für die Schüler interessieren, Regeln abmachen, bestimmte Rituale einführen oder einen Klassenrat durchführen. Ein erfolgreiches Klassenmanagement stehe und falle mit der Prävention. «Es geht darum, die Schüler ernst zu nehmen und sie in einem klaren Rahmen in Entscheidungen einzubeziehen.»

Fachmann, Sozialpädagogin, Dompteur

Hanspeter Lehner ist begeistert von Lohmanns Raster «Dimensionen und Strategien unterrichtlichen Handelns». Seinerzeit als Junglehrer wäre er sehr froh gewesen, über ein derartiges Instrument zu verfügen, sagt er. Das Raster umfasst drei Dimensionen (vgl. Kasten). Es geht einerseits um den Unterricht. Wie abwechslungsreich ist er? Um Stoffvermittlung und Methoden. Auf dieser Ebene wird die Lehrperson zum Fachmann. Auf der Beziehungsebene – hier werden Bereiche wie Kommunikation, Förderung des Klassenklimas, die Lehrperson in Beziehung zu den Jugendlichen abgehandelt – agiert die Lehrperson als Sozialpädagogin. Im Disziplin-Management schliesslich wird die Lehrkraft zum Manager, zum «Dompteur», der seine Klasse strukturiert, Regeln aufstellt sowie Rechte und Pflichten definiert. Für Lehner ist es klar, dass der Unterricht nur gelingen kann, wenn die Lehrperson alle drei Dimensionen berücksichtigt. «Flexible Lehrpersonen verfügen in ihrem inneren Team über eine Reihe sehr unterschiedlicher Spieler. In der einen Klasse können sie mehr mit der Beziehung spielen, in der anderen mehr als Disziplinmanager walten

und bei der dritten der Topunterrichter sein.» Die Lehrperson hat die Klasse eingeschätzt, holt ihre Teammitglieder hervor und setzt sie je nach Bedarf ein. Sie ist überzeugt davon, dass die Schüler dann mitmachen.

Reflektierender Praktiker

Noch ein wichtiges Stichwort nennt Lehner: Reflexion. «Eine gute Lehrperson ist ein reflektierender Praktiker.» Auf den Schulalltag bezogen heisst das, wenn etwas vorgefallen ist, nimmt sie sich nach dem Unterricht einige Minuten Zeit und überlegt: «Was ist passiert? Was lief gut, was weniger?» Und sie fragt sich, was sie anders machen würde: «Was lag eventuell an den Schülern, was lag an mir, an meinem Verhalten?»

An vielen Schulen existieren heute sogenannte Unterrichtsteams, die sich regelmässig treffen und fachlich gemeinsam den Unterricht vorbereiten. In diesem Rahmen gibt es auch Gefässe, um Probleme des Unterrichts anzusprechen. Die kollegiale Beratung hat sich ebenfalls gut etabliert. Im Rahmen von Weiterbildungen zum Thema «Klassenführung – Umgang mit Unterrichtsstörungen» an

Madlen Blösch

Weiter im Text

- Gert Lohmann: «Mit Schülern klar kommen – Professioneller Umgang mit Unterrichtsstörungen und Disziplin Konflikten»; Cornelsen Verlag, 2015, CHF 55.90, ISBN 978-3-589-25290-0.
- Markus Seeholzer: «Und wollte ihm nur ein Tomädchen schlagen – Umgang mit Aggressionen im Schulumfeld»; Verlag LCH, 2011, 64 Seiten A4, CHF 29.80 für LCH-Mitglieder, (CHF 39.– für Nichtmitglieder), ISBN 978-3-9522130-6-3, Bestellungen: www.lch.ch
- Uwe Schaarschmidt und Ulf Kieschke: «Gerüstet für den Schulalltag – Psychologische Unterstützungsangebote für Lehrerinnen und Lehrer»; Beltz Verlag Weinheim und Basel, 2007, CHF 56.90, ISBN 978-3-407-25465-8.
- Rainer Winkel: «Der gestörte Unterricht – Diagnostische und therapeutische Möglichkeiten»; Schneider Verlag Hohengehren, 2007, CHF 27.90, ISBN 978-3-8340-0990-6.

Typenlehre

Dimensionen und Strategien unterrichtlichen Handelns nach dem Raster von Gert Lohmann:

Typ 1: Sozialpädagoge/Sozialpädagogin

- den Schülern Handlungsspielräume gewähren
- disziplinrelevante Fragen mit den Schülern besprechen
- soziales Lernen und die Klassengemeinschaft fördern
- die Schüler zu verstehen versuchen
- eine korrekte (gepflegte, gebildete) Lehrerpersönlichkeit darstellen
- sich mit der Unterrichts- und Erziehungsaufgabe identifizieren
- im eigenen Verhalten Vorbild sein
- wertschätzend sein
- offen und ehrlich sein
- selbstsicher sein
- Fähigkeit zur Selbstkritik haben
- humorvoll, freundlich und ausgeglichen sein

Typ 2: Fachperson

- zuversichtlich sein
- verbindlich und verlässlich sein
- fachlich qualifiziert sein
- Klarheit über Lernziele und -aufgaben
- den Unterricht logisch aufbauen
- motivierend und interessant unterrichten
- sinn- und lebensweltliche Bezüge herstellen
- von den Schülern Leistung fordern
- die Schüler ständig beschäftigen

Typ 3: Dompteur/Dompteurin

- die Arbeit genau kontrollieren
- klare Verhaltensregeln aufstellen
- erwünschtes Schülerverhalten positiv verstärken
- alle Vorgänge in der Klasse wahrnehmen
- Schülern Rückmeldung über ihr Verhalten geben
- auf Störungen sofort reagieren
- an das Gewissen der Schüler appellieren
- sich an die Vernunft der Schüler wenden
- unerwünschtes Schülerverhalten sanktionieren
- mit den Eltern zusammenarbeiten
- mit den Kollegen zusammenarbeiten
- anfangs besonders auf Disziplin und Ordnung achten

Kino, Küche, frische Luft – und Humor!

«Eine Stunde, wo nicht mindestens einmal gelacht wird, ist eine missratene Stunde», schrieben Emil und Niccel den Lehrpersonen ins Stammbuch.

«Gestärkt im Schulalltag» war das Motto der letztjährigen Impulstagung des Schweizerischen Netzwerks Gesundheitsfördernder Schulen (SNGS). Dabei ging es auch um Ressourcen im Bereich «Sich selbst etwas Gutes tun». Der gemeinsame Auftritt von Niccel und Emil Steinberger ist für BILDUNG SCHWEIZ Anlass, für mehr Humor und Lachen als Ressourcen im Schulalltag eine Lanze zu brechen.

Ab heute: Humor

Eine kleine Umfrage bei Lehrpersonen aller Stufen zeigt ein breites Spektrum an Ideen und Strategien, um sich selbst etwas Gutes zu tun. Da ist die Rede von Inseln schaffen, bewusste Distanz von der Schule, Freiraum, Tage für sich allein, mit dem Hund draussen sein, Natur pur, Bewegung, frische Luft, Stille, Kochen oder Kino. Selbstverständlich werden auch Entspannungsübungen oder Qigong und Yoga genannt. Und immer wieder: Humor. Mit Humor geht alles leichter, davon sind selbstverständlich auch Niccel und Emil Steinberger überzeugt. Als Gäste eröffneten sie die Impulstagung in Zürich, organisiert vom SNGS. Sie riefen die rund 320 anwesenden Lehrpersonen dazu auf, Humor «ab heute» im Schulalltag zu leben: «Wenn das Lachen zu einem festen Bestandteil des Unterrichts wird, können Lehrpersonen wie Schüler profitieren.»



Foto: Edition ErzVg.

Die Humor-
kiste langsam
mit Werkzeug
auffüllen. –
Dazu raten
Niccel und
Emil Steinber-
ger in ihrem
Vortrag.

Quasi als Experten ihres Fachs stellten die beiden Humor und Lachen in der Schule in den Mittelpunkt. Das Interesse des Publikums war ihnen sicher – wohl selten herrschte zu Beginn einer Tagung eine derart aufgeräumte und heitere Stimmung. Und es dürfte in diesem Moment vielen klar geworden sein, wie wohltuend Humor und Lachen für Körper, Geist und Seele sein können.

Emil erzählte im Gespräch mit dem Journalisten Dani Kreienbühl von seinen offenbar nicht allzu guten Erinnerungen an seine Schulzeit, wo alles andere als eine fröhliche Lernatmosphäre herrschte. «In der Schule haben wir nichts zu lachen. Da hat Sinn für Humor keinen Platz. Aber eine Stunde, wo nicht mindestens einmal gelacht wird, ist eine missratene Stunde.»

Er als Fachmann des Humors weiss es: «Wenn der Schulstoff im Unterricht mit Humor und Emotion vermittelt wird, wirkt dies nachhaltiger.»

Stressabbau dank Lachen

Emil ist sich bewusst, dass viele Lehrpersonen Bedenken haben, die Schüler würden den Respekt verlieren und Lernziele könnten nicht erreicht werden, wenn der Humor während des Unterrichts überhand nimmt: «Zusammen lachen be-

deutet Stressabbau im Schulzimmer und ist für alle Beteiligten eine Art Psychohygiene. Lachen kann Schüler über Misserfolge hinwegtrösten. Lachen kann die Lehrperson entlasten, wenn ihr ein Fehler passiert. Fehler gehören nun mal dazu, der herrschende Perfektionsdruck ist ein absoluter Killer.»

Gerade deshalb relativiere eine humorvolle Intervention, ein befreiendes Lachen vieles. In diesem Zusammenhang regt Emil an, unfreiwillige Komik jeweils in einem leeren Buch festzuhalten.

Die Hausaufgaben aufsingen?

Wie wäre es mit einer Humor-kiste? Als Lehrperson würde er lieber heute als morgen damit beginnen, diese Kiste langsam mit Werkzeug zu füllen, und zwar in spielerischer Atmosphäre – mit der Lehrperson nicht nur als Humorsender, sondern auch als Humorempfänger.

Was könnte nicht alles in diese Kiste hineinpassen! Die Vorschläge von Niccel und Emil Steinberger beginnen nur so zu sprudeln, es folgt eine bunte Mischung von Ideen die sich in der Unterrichtspraxis ohne grossen Aufwand umsetzen lassen: Führen eines Humor-buches innerhalb des Klassenverbandes; eine Humorbiblio-

thek einrichten; spezielle Pinwand für humorvolle Gedanken; die Lehrperson singt die Hausaufgaben vor; Lügengeschichten auftischen, Witze erzählen lernen und dabei die Pointe nicht verpassen oder eine besondere Schlusspointe erfinden; Karikaturen zeichnen (beispielsweise von der Lehrperson); Gedichte auf humorvolle Weise abändern (warum nicht Schillers «Glocke»?); die Geschichte des Humors kennenlernen; einen Sketch von Monty Python einstudieren; den Unterricht jeweils mit einem Witz beginnen; ausgewählte Filmszenen von Dick und Doof anschauen und darüber diskutieren; ein längerfristiges Projekt zum Thema «Humor und Lachen» angehen oder die Zeitschrift «Nebelspalter» als festen Bestandteil im Unterricht integrieren...

Emil lädt die Lehrpersonen ein, sich vom unbeschwerten Lachen der Kinder vermehrt anstecken zu lassen und ermuntert alle, ihre eigenen Ressourcen wie Humor und Lachen im Schulalltag so oft als möglich einfließen zu lassen. Natürlich auch nach Schulschluss.

Madlen Blösch

Weiter im Netz
www.emil.ch/fs.htm

Wander- und Trekkingreisen



Durchatmen und Loslaufen

Marokko: Grandiose Landschaften zwischen Hochgebirge und Sandwüste, eine reiche Kultur, Menschen mit grosser Herzlichkeit.

Rumänien: Die schönsten Naturräume von Südosteuropa: Donau-Delta, Karpaten, Siebenbürgen

Zum Beispiel:
 «Marokko: Sandwelten» 24. Dez. 2013-3. Jan. 2014
 «Marokko: Wüstenwandern» 1.-15. Feb. 2014
 «Marokko: Abenteuer Jebel Sahro» * 1.-15. März 2014
 «Marokko: Bergfrühling und Palmhaine» 5.-19. April 14
 «Marokko: Wüste und Küste» 5.-19. April 2014
 «Marokko: Fes, Dünen und Marrakesch» 19.4.-2.5.2014
 «Marokko: Atlas, Rosen und Atlantik» 19. Apr.-3. Mai 14
 «Rumänien: Karpaten und Donau-Delta» 16.-26. Juli 14
 * *Pionierreise zum Einführungspreis*

Rickli Wanderreisen
 Grossartige Naturerlebnisse - rücksichtsvoll reisen - bewusst geniessen
 Matthias Rickli, Biologe
071 330 03 30 www.ricklireisen.ch

Nur eine Ahnung genügt nicht...

Erste-Hilfe-Ausbildung für Lehrpersonen



bei medizinischen Notfällen
mit Kindern und Jugendlichen

in speziellen Gruppenkursen
(intern und extern)

auf unserem einzigartigen
Nothilfe-Parcours

Wir beraten Sie gerne

SanArena Rettungsschule, Zentralstrasse 12, 8003 Zürich
 Telefon 044 461 61 61, www.sanarena.ch

www.groups.ch
www.seminar-groups.ch

die professionellen Internetportale für Tagungs- und Ferienhotels sowie Lagerhäuser

CONTACT groups.ch
 Tel. 061 926 60 00



talentia **Schule Talentia Zug – Schule für besonders begabte Kinder**

Tag der offenen Tür am
 23. November 2013, 9–12 Uhr.

Weitere Informationen unter
www.talentia.ch



Pädagogische Weiterbildung spezifisch für den Schulalltag

Bewegung & Tanz für Kinder & Jugendliche

Stundenbilder, Entwicklung der Motorik, Medizinisches Wissen, Verhalten & Motorik | 10/8 Tage (Sa/So) | Beginn: 25. Januar 2014

st. gallen · tel. 071 | 280 35 32 · info@curtius-tanz.ch · www.curtius-tanz.ch



Danielle Curtius...
 TANZ, BEWEGUNG & AUSBILDUNG

«Ihr Aus- und Weiterbildungsinstitut am IKP: wissenschaftlich – praxisbezogen – anerkannt»

Dr. med. Y. Maurer

Berufsbegleitende, anerkannte Weiterbildungen mit Diplomabschluss:



Körperzentrierte/ Psychologische Berater/in IKP

Info-Abend: 5. Nov.

Zahlreiche psychische Störungen zeigen raschere Besserungstendenzen, wenn im beraterischen Gespräch der Körper in aktiver oder passiver Form einbezogen wird.
 (3 Jahre, ASCA u. SGfB anerkannt)



Ernährungs-Psychologische/r Berater/in IKP

Info-Abend: 22. Jan. 14

Humanistische Psychologie: Sie lernen, Menschen mit Ernährungsproblemen ganzheitlich in ihrer aktuellen Lebenssituation zu beraten und eignen sich fundiertes Ernährungswissen an.
 (2 bzw. 4 Jahre, ASCA u. SGfB anerkannt)

Mehr Infos?
 IKP Ausbildungsinstitut für Ganzheitliche Therapien
 Tel. **044 242 29 30** www.ikp-therapien.com

EDUQUA IKP Seit 30 Jahren anerkannt



Burgerstein CELA: Mikronährstoffe bringen Leben in Ihr Leben.

Burgerstein Multivitamin-Mineral CELA ist ein vielseitiges Basispräparat für die ganze Familie (Kinder ab 12 Jahren). Burgerstein Multivitamin-Mineral CELA leistet regelmässig und langfristig eingenommen einen wichtigen Beitrag für Ihre Gesundheit und Ihr Wohlbefinden.

Tut gut. Burgerstein Vitamine
Erhältlich in Ihrer Apotheke oder Drogerie – Gesundheit braucht Beratung.

Willkommen in der Out&Back Erlebnis-Welt!

Info-Büro u.
Anmeldung:
07571 - 50411

out & back
Erlebnis-Welt Sigmaringen

www.outandback.de
info@outandback.de

– unter neuer Leitung –

Klassenfahrten mit Programm!



Kanutouren



Hochseilgarten



Human Table Soccer



Orientierungswanderungen



Schloss Sigmaringen

Wir bieten Ihnen outdoor-orientierte Komplettangebote für Ihre Klassenfahrt!



Übernachtung – Verpflegung – Freizeitprogramm:

Bei uns erhalten Sie alles aus einer Hand. Ob Sie mit eigenen Zelten anreisen oder in Blockbohlenhütten übernachten wollen – unser Erlebnis-Camp bietet die ideale Umgebung, um mit viel Spaß Klassen, Gruppen und Teams zusammenzuschweißen. Hierfür setzen wir naturnahe erlebnisorientierte Aktivitäten zur Persönlichkeitsbildung und Stärkung der sozialen Kompetenz ein.

Das **Obere Donautal** mit seiner faszinierenden Landschaft, seinen Bergen, Wiesen und Wäldern ist die ideale Umgebung für Outdoor-Aktivitäten. Ergänzend bietet die Region Sigmaringen als kulturhistorisches Zentrum der Schwäbischen Alb Geschichte zum Anfassen aus fast allen Epochen.



Naturpark Obere Donau



Beste Lage:

im Süden Deutschlands, am Rand der Schwäbischen Alb im „Naturpark Obere Donau“

Erreichbarkeit mit dem Zug:

Direkte Verbindungen (ohne Umsteigen) ca.

- Stuttgart – Sigmaringen 2:00 Std.
- Ulm – Sigmaringen 1:15 Std.
- Tübingen – Sigmaringen 1:30 Std.
- Neustadt (Schwarzwald) – Sigmaringen 2:00 Std.

Verbindungen mit 1x Umsteigen ca.

- Frankfurt 3:20 Std.
- Mannheim / Heidelberg 2:40 Std.
- Karlsruhe 3:00 Std.
- Freiburg 2:45 Std.
- München 2:45 Std.



Neue komfortable Blockbohlenhäuser!



Adresse: out & back GmbH
Georg-Zimmerer-Straße 6
D-72488 Sigmaringen

Tel.: +49-7571-50 411
Fax: +49-7571-50 412
info@outandback.de

«Kreuz doch mal die Füße in der Luft»

Mikropausen verbessern die Lernatmosphäre. Sie sind nicht eine Sache der Technik, sondern der Achtsamkeit.



Kleine Übungen zur Entspannung tragen ein Stück Ferien in den Alltag.

Claude Weill schwört auf Mikropausen, denn mit solchen kurzen Pausen unterrichtet er entspannter. «Mikropausen tragen generell zu einer besseren Lernatmosphäre im Unterricht bei», sagt Weill und empfiehlt deshalb gestressten Lehrpersonen, zwischendurch beispielsweise die Füße in der Luft zu kreuzen und den hinteren Fuss an den vordern drücken. Stress, Termindruck, Deadlines und Tempo – Umstände, die den damaligen Journalisten und heutigen Erwachsenenbildner Claude Weill immer wieder aus der Balance warfen. «Ich merkte mit der Zeit, wenn ich nicht ab und zu einen Schritt zurück trete, kommt es nicht gut.» Es galt also Mittel und Wege zu finden, um in der Balance zu bleiben – und wenn er bereits aus der Balance gefallen war, wieder reinzukommen. Dies gelang

ihm mit kleinen Übungen, mit Mikropausen. «Es sind Übungen, die ich anfangs nur für mich machte. Die Umgebung merkte nichts davon.»

Als einfachste Übung nennt er den Boden unter den Füßen wieder zu spüren. «Wenn ich heute beim Unterrichten rede und doziere, kann ich einen Teil meiner Aufmerksamkeit durchaus auf meine Füße lenken und mich gut erden.» Mikropausen sind nicht eine Sache der Technik, sondern der Achtsamkeit. Es gilt die Körpersignale wahrzunehmen und den Atem zu fühlen, ruhig und bewusst ausatmen.

Entspannung und Bewegung

Und bereits ist er im Element. Claude Weill steht während seinen Erläuterungen immer wieder auf und zeigt weitere

Übungen. Seit er nämlich an der Berufsschule für Mode und Gestaltung Zürich Stellvertretungen macht, baut er Mikropausen im Unterricht ein. «Für die Arbeit mit Jugendlichen, wo es manchmal zu grossen Disziplinproblemen kam, musste ich etwas unternehmen. Erstens tut es mir gut und zweitens tut es den Lernenden gut.»

Er unterrichtete mit Mikropausen entspannter, denn wenn er sich solche Kurzpausen gönne, könne er die Stunde besser zu Ende bringen. Die Entspannungs- oder Bewegungsübungen dauern von einigen Sekunden bis zu wenigen Minuten. Man kann sie als Lehrperson für sich allein oder zusammen mit den Schülern machen.

In der Arbeit mit den Jugendlichen spricht er von drei Grundsituationen.

Die erste beschreibt eine typische Montagmorgenstimmung, wenn die vom Wochenende übermüdeten Lernenden einschlafen. Weill versucht sie zu motivieren, läuft ins Leere. Er merke dann rein körperlich, dass er sich stehend immer mehr nach vorne lehne, ihnen entgegen. «Und irgendwann verliere ich buchstäblich den Boden unter den Füssen. In einer derartigen Situation frage ich ganz harmlos: «Seid ihr müde? Dann steht mal auf.» Die Schüler nicken, stehen widerwillig auf. Die Mikropause beginnt: Alle klopfen sich von Kopf bis Fuss ab und haben ihren Spass dabei. «Vielleicht lachen sie mich auch aus, aber das nehme ich in Kauf.» Eine Lehrperson, die sich körperlich exponiere, sei halt eine Lachnummer. Man zeige sich, gebe sich eine gewisse Blösse. «Dies ist zwar etwas gewohnheitsbedürftig, aber ich bleibe dran, ich kann sehr stur sein», meint er lächelnd.

Wenn alles aus dem Ruder läuft, wenn die Schüler mit der Aufmerksamkeit ganz woanders sind, wenn Seitengespräche stattfinden und generell gestört wird, ist die zweite Grundsituation eingetreten. «So kann man nicht mehr arbeiten. Es braucht eine Übung, um sie herunterzuholen.» Claude Weill bittet die Jugendlichen aufzustehen und die Arme auf und ab zu schwenken. Schon nur diese Bewegungsübung bringe Beruhigung. Vielleicht hängt er dann noch eine Entspannungsübung an: mit Hand auf den Bauch legen, Augen schliessen und atmen, tief durchatmen.

Und wenn die Widerstände andauern? Mikropausen seien kein Wundermittel um erfolgreich Unterricht zu halten, sagt Weill. Manchmal sei man gezwungen, zu den normal üblichen Disziplinierungsmitteln zu greifen. Beispielsweise jemanden herauszupflücken, mit ihm zu reden.

Auf der Primarstufe stellt sich Claude Weill vor, als optimalen Einstieg jede Stunde mit einem bestimmten Ritual zu beginnen und mit einem Solchen auch abzuschliessen.

Progressive Muskelentspannung

In der dritten Grundsituation steht die Lehrperson im Mittelpunkt: Gestresst und erschöpft, wie sie ist, muss sie noch drei Stunden Schule mit mehr oder weniger anstrengenden Schülern ertragen. Als Beispiele für Mikropausen nennt Claude Weill Übungen der progressiven Muskelentspannung. Die Lehrperson



Foto: zVg.

«Boden unter die Füsse!» – Claude Weill.

soll sich mal setzen und die Gelegenheit nutzen, die Handflächen auf die Oberschenkel zu pressen und zu atmen. Der Oberkörper spannt sich an, dann heisst es loslassen. Oder das Kreuzen der Füsse in der Luft und den hinteren Fuss an den vordern drücken, auch dies ergibt eine angenehme Anspannung. «Das Schöne daran, niemand merkt etwas.»

Pausenkultur gegen Pausenkiller

Schliesslich kommt Claude Weill noch auf die sogenannten Pausenkiller zu sprechen. «Es gibt immer tausend Gründe keine Pause zu machen. Der Zeitdruck beispielsweise oder dass man sich sagt, ich bin doch kein Weichei und habe das nicht nötig. Viele Menschen haben nie gelernt, auf Signale ihres Körpers zu achten.» Deshalb sei es wichtig, die Leute zu sensibilisieren. Dazu brauche es eine Pausenkultur. «Eigentlich eine normale Sache, ein Prozess», ist er überzeugt.

Weill führt deshalb seine Mikropausen-Workshops an mehreren Pädagogischen Hochschulen durch mit dem Ziel, dass vor allem auch für künftige Lehrpersonen Mikropausen etwas Selbstverständliches werden, und um sie von deren Wirkungsweise zu überzeugen.

Madlen Blösch

Weiter im Netz

www.weillbalance.ch

Bildungsmarkt

Elastisch und fusswarm

Ein angenehmes, gesundes Lernumfeld steht bei der Planung oder Sanierung von Schulen und Kindertagesstätten im Vordergrund. Dabei sollten zahlreiche Aspekte berücksichtigt werden, wie etwa Farbgestaltung, Beleuchtung, Sonnen- und Schallschutz. Entscheidend ist darüber hinaus der Einsatz umwelt- und gesundheitsverträglicher Baumaterialien, die zugleich wirtschaftlich sein sollten. Durch eine vorausschauende Planung bei öffentlichen Gebäuden wie Schulen und Kitas lässt sich bei den Unterhaltskosten viel Geld sparen. Nur 20–30% der Lebenszykluskosten eines Gebäudes fallen beim Bau an, 70–80% entstehen im Unterhalt.

Bodenbeläge aus Kautschuk, wie sie nora systems anbietet, benötigen als einzige unter den elastischen Bodenbelägen keine Beschichtung, wodurch Unterhaltskosten gespart werden. Flecken und Kratzer haben kaum eine Chance, die hochwertige Optik bleibt über Jahrzehnte erhalten.

Wesentlich sind auch der Komfort und die ergonomischen Eigenschaften des Bodenbelags: Kleine Kinder spielen häufig auf dem Boden, Lehrpersonen stehen oft stundenlang, Schüler rennen und toben im Gebäude. Ein dauerelastischer Bodenbelag aus Kautschuk entlastet den Körper merklich und sorgt für weniger Ermüdungserscheinungen als härtere Untergründe. Stolpert ein Kind und fällt hin, tut es sich ausserdem nicht gleich weh. Zudem sind Kautschukböden angenehm fusswarm und mindern die Geräuschentwicklung im Raum.

Informationen: www.nora.com/ch



Foto: zVg.

Kautschukboden in einem Kindergarten.

Machen auch Sie Arbeitszeit zum Thema!

Gerade für Lehrerinnen und Lehrer ist es nicht einfach, in ständig wechselnden Arbeitsfeldern einen Rhythmus zu finden zwischen produktiver Anspannung und Erholung. Die neue Publikation aus dem Verlag LCH «Arbeitszeit = meine Zeit» gibt dazu Anleitung und Hilfestellung.

«Schwierig zu erklären bleibt, was denn die besondere Herausforderung und Anstrengung bei der Arbeit als Lehrperson ist. Es sind sicher die langen Arbeitstage während den Unterrichtswochen und die grossen Schwankungen in der zeitlichen Belastung... Wenn Kaderleute darauf hinweisen, dass auch sie über 50 Stunden pro Woche arbeiten, dann wissen sie vielleicht wenig von der Beanspruchung in den täglichen Stunden vor der Klasse, wenn 20 und mehr Schülerinnen und Schüler mit allen ihren Eigenheiten synchron bedient werden müssen.»

Franziska Peterhans, Zentralsekretärin LCH

«Wenn man über Jahre hinweg an oder über der Belastungsgrenze unterrichten muss, dann brennt man aus, wird krank oder reduziert die Leistung – schlicht zum Selbstschutz. Das kann nicht im Interesse unserer Schulen sein. Gegen den Dauerstress während der Schulwochen hilft letztlich nur eine Reduktion der Pflichtlektionen. Diese ist dringend nötig, da wir an den Volksschulen mit 28 bis 30 Lektionen immer noch das gleiche Unterrichtspensum haben wie vor 200 Jahren. Es scheint, als stünde die Pflichtstundenzahl im Lehrberuf unter Heimatschutz.»

Beat W. Zemp, Zentralpräsident LCH

Aus dem Inhalt

- «Arbeitszeit ist Lebenszeit»
- «Zwischen Pflichterfüllung und Selbstausbeutung»
- «Spiel ohne Grenzen – Was die LCH-Arbeitszeitstudie zeigt»
- «Bitte gleich! – Die Situation der Frauen im Lehrberuf»
- «Dauerstress nützt niemandem»
- «Wem gehört wie viel von mir?»
- «Es braucht den Mut zur Lücke»
- «Grenzen fixieren, Freiräume bewahren»



«Arbeitszeit = meine Zeit; ein Handbuch zum Umgang mit Arbeitszeit und -belastung für Lehrerinnen und Lehrer», Verlag LCH, 72 Seiten A4, Mitgliederpreis CHF 29.80, Nichtmitglieder CHF 39.– (jeweils plus Porto und MwSt.); ISBN: 978-3-9522130-8-7. Bestellungen über www.lch.ch, per E-Mail an adressen@lch.ch oder Telefon 044 315 54 54.



20. November | Tag der Kinderrechte Unterrichtseinheiten und Finanzhilfen

Zum Internationalen Tag der Kinderrechte hat éducation21 je eine Unterrichtseinheit für die drei Stufen der Volksschule entwickelt. Alle Pfeiler der UNO-Konvention finden darin Platz: Schutz, Förderung, Beteiligung. Für den Einsatz im regulären Unterricht und als Baustein in einem Schul- oder Klassenprojekt.

**Kinderrechte kennen und leben, hier und anderswo.
Ein Beitrag zur Bildung für Nachhaltige Entwicklung.**

Downloads, Unterrichtsmedien, Finanzhilfen: www.education21.ch

éducation21 bietet Finanzhilfen für Schul- und Klassenprojekte in folgenden Themenbereichen an: Menschenrechte | Rassismoprävention | Umweltbildung | Weltweite Zusammenhänge

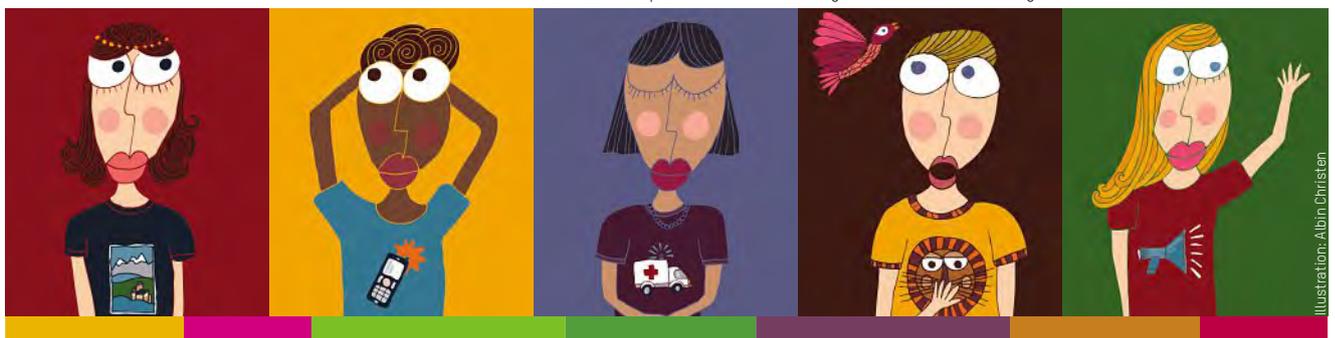
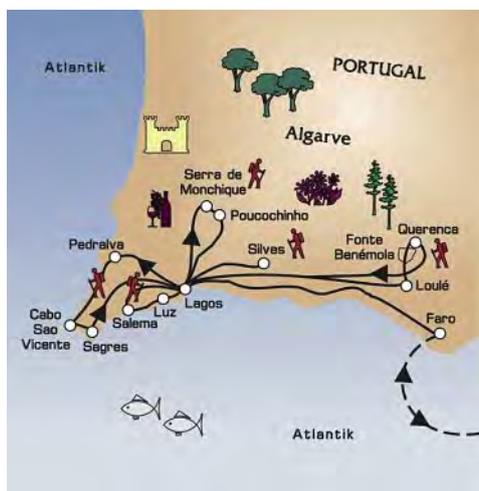


Illustration: Albin Christen

Portugal

8-tägige LCH-Spezialreise
13.4. – 20.4.2014

Foto: © Turismo de Portugal/Algarve



Wo Europa aufhört, locken Portugals Küsten im äussersten Südwesten des Kontinents mit goldgelben felsumrahmten Stränden und langen Dünen. Auf den Wanderwegen der Via Algarviana folgen Sie Esels- und Ziegenpfaden, entdecken charmante Dörfchen im Hinterland und schmecken sich durch die kulinarische Vielfalt. Zwischen Korkeichenwäldern und Eukalyptusbäumen duften verführerisch Orchideen, Rosmarin und Thymian. Eine aktive Reise für alle Sinne!



LCH
Dachverband
Schweizer
Lehrerinnen
und Lehrer

- Wanderwege der Via Algarviana
- Korkeichen und Erdbeerbäume
- Felsküste und blühende Natur
- **** Standorthotel
- Linienflüge mit 

Portugal: Algarve per Pedes



1. Tag, So: Flug nach Faro

Mittags Flug mit TAP von Zürich nach Lissabon und Anschlussflug nach Faro. Bem vindo! Ihr Scout begrüsst Sie am Flughafen und nimmt Sie mit auf eine Citytour in Faro: die Kathedrale auf den Ruinen einer maurischen Moschee, die schaurige Knochenkapelle und eine liebenswerte Altstadt. Auf der Fahrt zum Hotel in Lagos können Sie einen ersten Blick auf die abwechslungsreiche Landschaft erhaschen. Begrüssungsabendessen im Hotel.

2. Tag, Mo: Hoch auf den Klippen

Im charmanten Fischerdorf Salema beginnt die Wanderung (3,5 Std., leicht): Entlang schmaler Wege gelangen Sie auf die Klippen und können spektakuläre Ausblicke geniessen. Burgau neigt sich steil über schmale, von weissen Häusern gesäumte Strassen dem Meer zu. Das Durcheinander der Fischerboote am Fusse des Hügels ist das Wahrzeichen des Dorfes, Orchideen blühen in bunten Farben. Noch mehr Panorama gibt's als Belohnung für den Aufstieg am Miradouro de Atalaia. Mittags lassen Sie sich typisch portugiesisch frischen Fisch in einem Strandrestaurant von Luz schmecken. Freizeit am Nachmittag für einen Bummel in Lagos, einen Strandbesuch oder eine Fahrt im Fischerboot zu den Felsformationen vor der Küste von Lagos. Sehen Sie Elefant und Affe?

3. Tag, Di: Loulé und frische Quellen

Quirlig sind die Markthallen von Loulé. Sie schnuppern sich von Stand zu Stand und erkunden die lukullischen Köstlichkeiten des Südens. Lassen Sie sich von den Händlern die besten Zutaten für eine Brotzeit empfehlen. Jetzt heisst es Wanderschuhe schnüren: Im Naturschutzgebiet von Fonte Benémola schlängelt sich der Rundweg hinauf zu Quellen und Höhlen (2 Std., mittel). Vielleicht entdecken Sie ja einen Erdbeerbaum aus dessen Früchten der Medronho gebrannt wird? In Querenca haben Sie Zeit sich inmitten des weissgetünchten Häusermeers bei einem kühlen Getränk zu erfrischen, bevor es zurück nach Lagos geht.

4. Tag, Mi: Kork und Eukalyptus

Hinauf in waldreiche Höhen: In der Serra de Monchique duften und gedeihen wilde Orchideen, Rhododendren, Pfingstrosen und Mimosen um die Wette. Den Korkeichen macht ein australischer Einwanderer Konkurrenz ums kostbare Wasser: der Eukalyptusbaum. Sie wandern (3,5 Std., mittel) auf ausgetretenen Eselswegen durch ruhige und grüne Wälder zum höchsten Punkt der Algarve.

MARC POLO LIVE

Schon einmal Brot im Holzofen selbst gebacken? An der Wassermühle von Poucochinho haben Sie dazu Gelegenheit. Und während Sie das frische Brot pur oder mit der scharfen Chorizo geniessen, erzählt Ihnen der Müller, wie hier schon seine Grosseltern die Mühle bewirtschaftet haben.

5. Tag, Do: Westküste und Kap

Heute machen Sie einen Ausflug (Mittagessen inklusive) an die Westküste und atmen salzgetränkte Unendlichkeit. Von Pedralva aus steigen Sie hinab (6 Std., mittel) vorbei an Pinien und Erdbeerbäumen zu einer schilfgesäumten Lagune. Über einen steilen Aufstieg zu einem Wachturm gelangen Sie schliesslich zum Cabo Sao Vicente, dem Ende der alten Welt. Zum Tüfteln kam Heinrich der Seefahrer einst in Europas wilden Westen. War die Burg über der Bucht von Sagres wirklich die legendäre Seefahrerschule des Prinzen?

6. Tag, Fr: Historisches Silves

Sie starten Ihre Wanderung (3 Std., mittel) im Zentrum von Silves. Einst kamen die Mauren und verhalfen der Stadt zu Ruhm und Reichtum. Nach deren Vertreibung verfiel die Stadt und erst seit dem Ende des 19. Jahrhunderts beleben Korkindustrie und Zitronenanbau wieder die Region. Vorbei an Aquädukt und Windmühle erklimmen Sie einen Hügel, von dem aus sich ein spektakulärer Blick auf die Burg von Silves und die Küste bietet. Geniessen Sie die farbenfrohe Landschaft mit Zistrosen, Lavendel und dem Duft von Thymian und Rosmarin. Durch einen Eukalyptuswald kommen Sie zurück nach Silves. Ein typisches Gericht der Algarve gibt's zum Mittagessen in Alvor: Cataplana – Meeresfrüchte, Seeteufel und allerlei Gemüse garen im klassischen Kupfertopf. Freizeit am Nachmittag.

7. Tag, Sa: Baden und Wandern

Den Vormittag können Sie ganz nach Ihren Wünschen gestalten. Ein Badeaufenthalt an der weitläufigen Meia Praia oder lieber an den kleinen Felsstränden der Goldküste? Am späten Nachmittag treffen Sie sich zu einer letzten Wanderung (1,5 Std., leicht). Umgeben vom Sound der Natur beobachten Sie den Sonnenuntergang. Dann wird es Zeit für Ihr Farewell-Dinner: Sie kehren in ein traditionelles Restaurant ein und feiern kulinarisch Abschied von der Algarve.

8. Tag, So: Adeus!

Am Vormittag Transfer zum Flughafen von Faro und Linienflug mit TAP nach Lissabon. Anschlussflug nach Zürich und Ankunft am späten Nachmittag. Individuelle Weiterreise zu den Ausgangsorten.



Flug

Im Reisepreis enthalten ist der Linienflug mit TAP ab/bis Zürich.

Reisepapiere und Gesundheit

Schweizer Staatsbürger benötigen eine gültige Identitätskarte oder Reisepass. Impfungen sind nicht vorgeschrieben.

Klima

Durchschnittliche Höchsttemperaturen in °C:

	J	F	M	A	M	J	J	A	S	O	N	D
Faro	15	16	17	20	21	25	27	28	26	23	19	16

Hotel

Ihr ****-Hotel Luz Bay liegt in der Bucht Praia de Luz bei Lagos. Die 73 komfortablen Zimmer sind mit Bad oder Dusche, WC, Föhn, Klimaanlage, Külschrank, TV und Safe ausgestattet und verfügen entweder über einen Balkon oder eine Terrasse. Für Sie haben wir die grössere Zimmerkategorie mit Sitzzecke gebucht. Das Hotel bietet neben Restaurant und Bar auch eine Pool/Snackbar sowie zwei Swimmingpools mit Liegen und Sonnenschirmen. Änderungen vorbehalten

Reiseversicherungen

Im Reisepreis sind **keine** Reiseversicherungen enthalten.

Im Reisepreis enthalten

- Linienflug mit TAP von Zürich über Lissabon nach Faro und zurück in der Economy-Class
- 7 Übernachtungen in gutem Mittelklassehotel
- Unterbringung in Doppelzimmern mit Bad oder Dusche und WC
- Verpflegungsleistungen: 7x Frühstücksbuffet, 1x Mittagessen, 1x Cataplana-Mittagessen, 1x Begrüssungsabendessen und 1x Abschiedsabendessen
- Transfers, Stadtrundfahrt und Ausflüge in landesüblichem, klimatisiertem Reisebus
- Deutsch sprechende Marco Polo-Reiseleitung in Portugal

Und ausserdem inklusive

- Wanderungen lt. Programm
- Brotbacken mit Verkostung
- Eintrittsgelder
- Flughafensteuern, Lande- und Sicherheitsgebühren (ca. € 155.-)
- Reiseunterlagen mit einem Reiseführer pro Buchung
- Klimaneutrale Bus-, und Bahnfahrten durch CO2-Ausgleich

Zusätzlich buchbare Extras

- CO2-Ausgleich Flüge (Economy) € 15.- (siehe www.agb-mp.com/co2)

Preis pro Person ab €

8 Reisetage	DZ	EZ-Zuschlag
13.4.14 - 20.4.14	€ 1'285.-	€ 205.-

Mindestteilnehmerzahl

Mindestteilnehmerzahl: 20 Personen

Höchstteilnehmerzahl: 25 Personen

Sollte die Mindestteilnehmerzahl nicht erreicht werden, kann der Veranstalter bis spätestens am 21. Tag vor Reisebeginn vom Reisevertrag zurücktreten (näheres siehe Reisebedingungen).

Veranstalter und Reisebedingungen

Veranstalter dieser Reise ist die *Marco Polo Reisen GmbH, Riesstr. 25, 80992 München*. Der Dachverband Schweizer Lehrerinnen und Lehrer, Zürich, tritt lediglich als Vermittler auf. Die Reisebedingungen des Veranstalters sind im Internet unter www.agb-mp.com druck- und speicherfähig abrufbar.

Zahlung / Sicherungsschein

Zahlungen sind nur bei Vorliegen des Sicherungsscheines (wird mit der Reisebestätigung versandt) im Sinne des § 651 k Abs. 3 BGB fällig. Bei Vertragsabschluss wird eine Anzahlung von 20% des Reisepreises, maximal jedoch 1000 € pro Person, fällig. Der restliche Reisepreis wird am 20. Tag vor Reiseantritt bzw. spätestens bei Erhalt der Reiseunterlagen fällig.

Anmeldung

LCH-Reisedienst
Frau Monika Grau
Ringstrasse 54
8057 Zürich

Tel.: 044 315 54 64
Fax: 044 311 83 15
E-Mail: m.grau@LCH.ch

Anmeldeformular unter:
www.LCH.ch >LCH-Reisen >Spezialreisen LCH

Anmeldeschluss: 10.2.2014

Der Primarlehrberuf muss aufgewertet werden

In Österreich ist der obligatorische Mastertitel auch auf Primarschulstufe bereits beschlossene Sache, in der Schweiz soll er nach dem Willen des LCH ebenfalls eingeführt werden. Wie stellen sich Primarlehrpersonen, die soeben einen Masterstudiengang als Weiterbildung abgeschlossen haben, zu dieser Idee?



Christa Dütsch aus Niederhasli und Monika Beerli aus Winterthur haben in ihrer Abschlussarbeit zum MAS untersucht, worauf Lehrpersonen bei Elterngesprächen achten sollten.

Bilder: Christian Urech

Rund 30 Lehrerinnen und Lehrer haben sich an diesem sonnigen Septembertag im Tagungshotel des Klosters Hegne am deutschen Bodenseeufer zur Präsentation ihrer Master-Abschlussarbeiten versammelt. Im Oktober vor zwei Jahren startete unter der Leitung von Dieter Rüttimann, Dozent am Institut Unterstrass der PHZH, ein neuer Studiengang zum Thema «Umgang mit Heterogenität» – zusammen mit der Universität Hildesheim.

Christian Urech

Einige der Seminare wurden gemeinsam veranstaltet, so dass die schweizerischen und deutschen Lehrerinnen und Lehrer die Gelegenheit hatten, sich über die Grenzen hinweg auszutauschen. Die getrennten Module wurden von den

gleichen deutschen und schweizerischen Fachleuten geleitet, wodurch eine gegenseitige Anerkennung gewährleistet ist. Aus der Schweiz wird ein Master of Advanced Studies verliehen, aus Deutschland für diejenigen, die einen Bachelor abgeschlossen und fünf Jahre unterrichtet haben, ein Master of Arts «Inklusion und Kommunikation», der zu einer allfälligen Promotion an einer deutschen Universität berechtigt. Soeben präsentieren Christa Dütsch aus Niederhasli und Monika Beerli aus Winterthur-Wülflingen ihre Abschlussarbeit zum Thema «Elterngespräche». Sie haben anhand von Fragebogen untersucht, welche Aspekte der Gesprächsführung für Eltern beim Gedankenaustausch mit einer Lehrperson wichtig sind. Die Resultate Ihrer Studie ergeben eine gute Grundlage für die Vorbereitung solcher

Unterredungen. Die beiden Lehrerinnen haben typische Elterngespräche nachgespielt und sich dabei gefilmt. Beim Zuschauen wird einem bewusst, wie wichtig die emotionale Komponente bei einer solchen Aussprache ist.

Master als Mindeststandard

Wie beurteilen die frischgebackenen «Meister» ihre soeben abgeschlossene Ausbildung und wie denken sie über einen obligatorischen Mastertitel für alle Primarlehrpersonen in der Schweiz? Der LCH hat ein Positionspapier erarbeitet, das den Master als Mindeststandard für alle Primarlehrer fordert. Gemäss Zentralpräsident Beat W. Zemp soll jedoch nicht primär der theoretische Teil ausgebaut werden, sondern vor allem der praktische. «Wir schlagen eine berufsbegleitende Masterstufe vor, wel-

«Ich empfinde das Masterstudium als ein notwendiges Gegengewicht zum momentanen Trend, die Lehrperson zum einfachen Angestellten und Auftragsempfänger zu degradieren.»

Christian Hügli-Sassone

che Praxis und Theorie eng miteinander verknüpft», sagt Zemp. Ein Grund für diese Forderung ist die grössere Komplexität der Aufgaben, mit der sich ein Berufseinsteiger konfrontiert sehe. Gemeint sind unter anderem Gespräche mit zunehmend anspruchsvollen Eltern, mehr Kinder ohne Deutschkenntnisse, aber auch der Umgang mit Gewalt oder Missbrauchsvorwürfen an Schulen. In der Volksschule seien vermehrt solche Spezialkenntnisse gefragt, schreibt der LCH.

Viele Schulen seien darum dazu übergegangen, Expertinnen und Experten anzustellen: Sozialarbeiterinnen, Sprachlehrer für ausländische Kinder und interkulturelle Vermittler. Künftig sollen Lehrer wieder dazu befähigt werden, diese Aufgaben selbst zu übernehmen. Und Jürg Brühlmann, Leiter der Pädagogischen Arbeitsstelle des LCH, ergänzt: «Selbstverständlich soll die MA-Weiterbildung für bereits ausgebildete Lehrkräfte auch weiterhin existieren und für all die 60 000 Lehrpersonen zur Verfügung stehen, welche unterrichten. Das ist kein Entweder-oder, sondern ein Sowohl-als-auch. Wir dürfen auch gestrost davon ausgehen, dass es für Absolventinnen und Absolventen einer hoffentlich bald entstehenden MA-Grundausbildung 20 Jahre später gute Gründe geben wird, eine unterrichtsbezogene MA(S)-Weiterbildung oder einen Dokortitel zu machen, falls dies dann noch so benannt wird – und falls es überhaupt noch Schulen im heutigen Sinn gibt», meint Brühlmann augenzwinkernd.

Weiterbildung muss lohnrelevant werden

Regula Franz unterrichtet seit 15 Jahren an der Gesamtschule Unterstrass, einer kleinen privaten Tagesschule in Zürich, an der Unterstufe Zweit- bis Viertklässler. Barbara Wirz betreut seit über zehn Jahren an der Schule Esslingen die 1. bis 3. Primarklasse. Ihre gemeinsame Abschlussarbeit widmeten sie den Themen «Exekutive Funktionen, Emotionserkennung und Achtsamkeit» und erforschten



Der MAS als ideale Alternative zum Hochschulstudium: Regula Franz

dabei die mentalen Funktionen, mit denen Menschen in der Schule ihr Verhalten – unter Berücksichtigung der Umweltbedingungen – steuern.

Den soeben abgeschlossenen Masterstudiengang erachten sie als ideale Alternative zu einem Hochschulstudium, weil er es ihnen ermöglichte, während der Ausbildung fast uneingeschränkt weiterzuarbeiten – die Lehrveranstaltungen fanden meist während der Schulferien



Durch den Master zu mehr Professionalität im Primarlehrberuf: Barbara Wirz

statt. Der Hauptteil der Studiengebühren wurde ihnen von den Schulen, an denen sie unterrichten, bezahlt.

Und was halten sie davon, dass man die Primarschulbildung generell auf Masterstufe stellt, wie es der LCH fordert? «Ich könnte mir vorstellen, dass die Lehrer wie bisher ihre Grundausbildung machen, dann ein paar Jahre Schule geben und danach diese Weiterbildung absolvieren – dies durchaus auch im Sinn

MAS-Studiengang «Umgang mit Heterogenität»

Der Masterstudiengang «Heterogenität» besteht aus drei Teilen:

- **CAS Didaktik der Vielfalt.** Start: Oktober 2015. Die Teilnehmenden werden befähigt, für alle Schüler/-innen herausfordernde und befriedigende Aufgaben zu stellen. Und sie erfahren, wie eine transparente und faire Beurteilung in heterogenen Gruppen aussehen kann.
- **CAS Kommunikation, Zusammenarbeit, Coaching.** Nächster Start: Mai 2014. Eine gute Zusammenarbeit erleichtert die Arbeit. Wie gelingt eine effiziente Zusammenarbeit zwischen schulischen Heilpädagoginnen, Regelklassen- und DaZ-Lehrpersonen? Wie werden die Gespräche am Runden Tisch gestaltet?
- **CAS Öffentlichkeit und Qualität.** Nächster Start: Februar 2015. Trainieren Sie Öffentlichkeitsarbeit, Projekt- und Qualitätsmanagement. Und wie ein professioneller Auftritt der Schule gestaltet wird.

einer Verpflichtung», meint Barbara Wirz. «Dadurch bekäme der Lehrberuf auch auf Primarstufe eine andere Professionalität.»

«Als Motivationshilfe müsste die Weiterbildung aber auch lohnwirksam werden. Sie müsste einen Stufenanstieg oder eine Veränderung der Berufskategorie zur Folge haben», ergänzt Regula Franz. Wobei auch dann die Gefahr bestehe, «dass einzelne Lehrkräfte die Weiterbildung einfach absitzen – und das würde sich bestimmt negativ auf die Stimmung im Lehrgang auswirken».

Mit den Eltern auf Augenhöhe

«Durch den Masterabschluss übernehme ich im Schulhaus eine neue Rolle», sagt Studiengangsteilnehmer Christian Hügli-Sassone. Er unterrichtet in Binningen auf dem «Hügel» oberhalb von Basel eine Inklusionsklasse mit Dritt- bis Sechstklässlern und ist in dieser Funktion um die Integration von geistig und körperlich Behinderten in die Regelklasse bemüht. Seine Abschlussarbeit hat er «wirksamen pädagogischen Teams» gewidmet – einem Thema, das speziell für eine Lehrperson in seiner Funktion von Bedeutung ist. Für den Umgang mit Eltern – Ärzten, Juristen, anderen Akademikern – hat ein



Wird mit dem «Master» auf dem «Hügel» ernster genommen: Christian Hügli-Sassone.

«Master» im Umfeld, in dem Christian Hügli unterrichtet, eine nicht zu unterschätzende Bedeutung. «Solche Eltern nehmen jemanden, der einen ähnlichen Bildungsstand hat wie sie, ernster.» Am Studiengang hat ihn vor allem der Umstand überzeugt, dass die Berufspraxis ein wichtiger Bestandteil ist. Er bezweifelt, dass ein reiner Master-Studiengang zu einer besseren Unterrichtsqualität führen würde. «Das Stufungsmodell, wie wir es heute kennen, finde ich sinnvoll: Ich mache zuerst einen Bachelor, dann arbeite ich für eine Weile und bilde mich später weiter, wobei mir die Berufspraxis in Form von Credit Points angerechnet wird. Das führt schliesslich zu einer Qualifizierung, mit der man mehr und andere Möglichkeiten hat als ohne Master. Dies stärkt den Beruf und trägt dazu bei, dass die Primarstufe der Sekundar- und Gymnasialstufe gleichgestellt wird.»

Motivation aus der Praxis

Christa Dütsch unterrichtet seit 27 Jahren eine Mittelstufe in Niederhasli. Sie ist die erste Lehrperson an dieser Schule, die den Masterstudiengang absolviert, und wurde von ihrer Schule dabei ebenfalls finanziell unterstützt – gleich wie Monika Beerli, die in Winterthur-Wülflingen eine Unterstufe betreut. «Meine Kolleginnen und Kollegen wissen, dass ich jetzt diesen Abschluss mache. Das ist an meiner Schule aber kein Problem. Ich habe die Weiterbildung gewählt, weil mich das Thema interessierte. Der Abschluss ist für mich gewissermassen das Sahnehäubchen auf der Torte», erzählt Dütsch. «Und er ändert im Moment auch nichts an unserem Berufsauftrag», ergänzt Monika Beerli.

Christa Dütsch würde den «obligatorischen Master» dann unterstützen, «wenn diese Qualifizierung als Weiterbildung geschieht.» Und Monika Beerli ergänzt: «Ich glaube, die Lehrpersonen sind dann motiviert, sich weiterzubilden, wenn Sie realisieren, was sie für die Praxis brauchen – und das merken sie eben erst nach einigen Jahren im Beruf. An diesem Punkt ist das innere Bedürfnis nach weiterer Bildung da. Aber dieses Bedürfnis sollte dann auch wirklich unterstützt und getragen werden.» Jede Primarlehrperson müsse die Möglich-

keit haben, einen Master zu machen – aber nicht als Pflicht. Trotzdem: «Ein Masterstudium für Primarlehrpersonen sollte die Regel sein und nicht nur in Ausnahmefällen erfolgen.»

Kurzzeitweiterbildungen sind wirkungslos

Würde der Weiterbildungs-MAS von Dieter Rüttimann nicht überflüssig durch die Einführung eines obligatorischen Masters in der Grundausbildung? «Auf keinen Fall», meint der Pädagogikdozent mit den Arbeits- und Forschungsschwerpunkten «Kommunikation und Coaching, Umgang mit Heterogenität und Inklusion». «Studien haben gezeigt, dass Kurzzeitangebote im Bereich der Weiterbildung wirkungslos sind. Alle 10 bis 15 Jahre sollten sich Lehrpersonen auf eine Langzeitweiterbildung einlassen, um sich auf den neusten Stand der Wissenschaft, der Unterrichtstechniken und der Erkenntnisse über die Persönlichkeitsentwicklung zu bringen.»

Der Studiengang sei schon viermal durchgeführt, worden, bevor man ihn mit dem Erwerb eines Masters verknüpft habe, und er sei damals auch schon gut besetzt gewesen.

Was die Integration des Masters in die Grundausbildung betrifft, schlägt Rüttimann ein Modell vor, wie es in Zeiten extremer Lehrerknappheit immer wieder praktiziert wurde und wird: Studierende im letzten Ausbildungsjahr übernehmen je zu zweit eine Klasse und immer, wenn der eine Schule gibt, geht der andere in die Ausbildung. «Eine extrem enge Verknüpfung zwischen Ausbildung und Praxis ist bei einer Verlängerung der Grundausbildung unbedingt nötig. Alles andere – also einfach eine Verlängerung der Ausbildung mit mehr vom Gleichen – halte ich für absolut überflüssig.» Das entspricht ja auch dem, was der LCH fordert, wenn er eine berufs begleitende Masterstufe vorschlägt, welche Praxis und Theorie eng miteinander verknüpft.

Weiter im Netz

www.unterstrass.edu/institut
www.lch.ch > Positionspapiere

«Und wollte ihm nur ein Tomätchen schlagen» – Umgang mit Aggressionen im Schulalltag

Was tun, wenn Kinder gegenüber Kameraden und Lehrpersonen aggressiv sind? Genau beobachten, die Hintergründe verstehen, um die Situation zu entschärfen oder stoppen zu können: Diesen drei zentralen Aspekten widmet sich ein Buch aus dem Verlag LCH; es geht von konkreten Beispielen aus und liefert praktische Hilfestellungen.

«Zwei Knaben geraten sich in der Pause in die Haare, der eine schlägt dem anderen eine blutige Nase. Auf dem Heimweg hänselt eine Gruppe Mädchen eine ihrer Klassenkameradinnen wegen deren dunklen Hautfarbe. Zum wiederholten Mal werfen Mitschüler einem Kollegen nach dem Turnen den Turnsack unter die laufende Dusche.» – Aggressive Handlungen, wie sie im Schulumfeld fast jeden Tag vorkommen. Sie stören einen geregelten Unterricht und das Sozialklima in der Klasse, erfordern viel Zeit und Nerven seitens der Lehrperson und belasten Kinder und in der Regel auch deren Eltern psychisch.

Das Buch aus dem Verlag LCH «Und wollte ihm nur ein Tomätchen schlagen» geht von konkreten Beispielen aus dem Schulalltag aus. Der Autor Markus Seeholzer, Lehrer, Heilpädagoge und Kinder- und Jugendlichentherapeut, stellt drei zentrale Aspekte in den Vordergrund: Genaues Hinschauen und Erkennen der aggressiven Handlung, Verstehen der Hintergründe, die zu der aggressiven Tat führen, und schliesslich adäquates Handeln, um Tätern und Opfern richtig begegnen zu können. «Der Vorteil dieser Vorgehensweise ist ein reflektiertes Handeln, das nicht auf vorschnellen eigenen Emotionen basiert», schreibt der Autor.



Markus Seeholzer:
«Und wollte ihm nur ein Tomätchen schlagen – Umgang mit Aggressionen im Schulumfeld», mit Zeichnungen von Elena Pini, Verlag LCH, 2011, 64 Seiten A4, Fr. 29.80 für LCH-Mitglieder, Fr. 39.– für Nichtmitglieder, jeweils plus Porto und MwSt.
ISBN-13: 978-3-9522130-6-3

Bestellungen über www.lch.ch per E-Mail an adressen@lch.ch oder Tel. 044 315 54 54.

Aus dem Inhalt

Erklärungsmodelle zur Aggression

Verschiedene Modelle aus unterschiedlichen Zeitepochen und mit unterschiedlichen Ansatzpunkten zeigen das breite Spektrum der Aggression.

Erkennen von Aggression

Jede Person reagiert anders auf Stress und psychische Belastungssituationen: Destruktion, Evasion, Verunglückte Kontaktnahme, Introversion und wie sich diese Strategien im Schulalltag zeigen und auswirken.

Verstehen von Aggression

Welche Botschaften verstecken sich hinter aggressiven Ausdrucksformen? Sie zeigen sich unterschiedlich in den verschiedenen Entwicklungsstadien.

Handeln, um Aggressionen zu begrenzen

Eine Tat eingestehen, sich bewusst machen. Das Ent-Schuldungs-Modell dient der Hilfe der Integration der Schulerfahrung und der Suche nach Lösungen zusammen mit dem Opfer.

«Eine für die Praxis der Klassenführung hoch lehrreiche Lektüre, verständlich geschrieben für Lehrerinnen und Lehrer mit Verstand. Und dazu zählen wir uns schliesslich alle ...»

Anton Strittmatter, ehemaliger Leiter der Pädagogischen Arbeitsstelle LCH

Neuaufgabe

Lernen heisst entdecken

«Erziehung ist das, was übrig bleibt, wenn das, was gelernt wurde, vergessen ist», sagte der amerikanische Psychologe Frederic Scinner. Es geht also nicht darum, Formeln zu büffeln oder Fakten auswendig zu lernen, sondern darum, das Lernen zu lernen. Verena Steiner, die «Grande Dame der Lernliteratur» (NZZ) versteht Lernen «als eine ganz persönliche Abenteuerreise durch Wissensgebiete, die einem noch wenig bekannt sind». Sie nennt es denn auch «exploratives», also «entdeckendes Lernen».

Gespeist wird das explorierende Lernen durch die Neugier. Sie ist der Antrieb. Aber Lernen hat auch mit dem Selbstwertgefühl zu tun, weil erfolgreiches Lernen dieses stärkt und damit die Grundlage schafft, sich noch schwierigeren Aufgaben zuzuwenden: Ein positiver Kreislauf wird angestoßen, in dem das Lernen nicht mehr als Last erfahren, sondern als Lust erlebt wird.

Dass Kinder das Lernen lernen, ist auch eine der zentralen Aufgaben der Schule. Die Fähigkeit, sich eigenständig und in kürzester Zeit neues Wissen anzueignen, wird entscheidende Grundkompetenz der Zukunft sein. Die Autorin zeigt wirkungsvolle Strategien auf, wie Menschen ihren Lernerfolg individuell verbessern können. Sie vermittelt grundlegendes Wissen über Prozesse, Denkstile, Konzentration und Gedächtnis. Auf inspirierende Weise verknüpft sie dabei Erkenntnisse aus der Wissenschaft mit Einsichten von Studierenden mit eigener langjähriger Erfahrung. Auf anregende und fundierte Weise eröffnet sich so ein neuer und lustvoller Zugang zum Lernen. Verena Steiner hat die Erstausgabe aus dem Jahr 2000 komplett überarbeitet und aktuali-

Die Welt als Bühne im Bild

«Im Bild» ist ein Dossier für Lehrpersonen, das zusammen mit dem Helvetas Panoramakalender 2014 als Unterrichtsmaterial konzipiert worden ist. Die zwölf Bilder des Jahreskalenders sind Türöffner zur Auseinandersetzung mit anderen Lebenswelten. Die Auseinandersetzung mit den Bildern wecken die Neugier der Schülerinnen und Schüler, rufen Stimmungen wach, werfen Fragen auf und regen zu einem Perspektivenwechsel an. Mit

Hilfe der Bilder können eigene Erfahrungen reflektiert und zur Sprache gebracht werden. Im Austausch innerhalb der Klasse lassen sich darüber hinaus neue Zusammenhänge erschliessen.

Die Kalenderbilder zeigen die Welt als Bühne: Ihren Auftritt haben Tango- und Sambatänzerinnen, Zirkusartistinnen, Menschen, denen an Festen und Festivals eine besondere Rolle zugeteilt ist. Harbin (China), Rio (Brasilien), Bu-

enos Aires (Argentinien), Kabul (Afghanistan), Maradi (Niger), Inle-See (Myanmar), Maralal (Kenia), Goroka (Neu-Guinea), der Titicacasee (Peru/Bolivien), Dhaka (Bangladesch) sind Stationen einer Weltreise für den Kopf.

Bestellungen: www.fairshop.helvetas.ch

cur

«Im Bild»; Begleitheft zum Panoramakalender 2014. Helvetas, Zürich 2013, CHF 15.50. Kalender: CHF 34.00.



siert. Entstanden ist ein leicht zugänglicher Text, der mit vielen anschaulichen Beispielen zu einem besseren Verständnis von Lernprozessen beiträgt.

Christian Urech

Verena Steiner: «Exploratives Lernen. Der persönliche Weg zum Erfolg. Eine Anleitung für Studium, Beruf und Weiterbildung.» Pendo, München 2013, 288 Seiten, CHF 29.90

IT-Wissen

Die «Bibel» der Informatiker

Das Lehrbuch und Nachschlagewerk «IT-Wissen für Anwender» ist in einer komplett überarbeiteten 14. Auflage neu erhältlich. Das Werk dient nicht

nur als Lehrbuch für Schulen der Wirtschaftsinformatik und für Ausbildungsstätten der IT-Branche, sondern ist auch nützliches Werkzeug für den beruflichen Alltag von Führungskräften sowie Auftraggebern von IT-Projekten – also zum Beispiel auch von Schulleitern und Lehrkräften, die die entsprechenden Kenntnisse benötigen.

Der vollständig neue Teil I des Buchs, «Grundlagen der Informatik», gibt einen umfassenden Überblick über die breite Palette der aktuellen IT-Einsatzmöglichkeiten und -dienste. Der zweite Teil widmet sich den Vorgehenskonzepten zur Abwicklung von IT-Projekten von der Vorstudie bis zur Qualitätssicherung. Teil III

befasst sich mit den Methoden für die IT-Praxis, zum Beispiel mit dem Projektmanagement, mit der Kosten/Nutzen-Analyse bzw. Fragen der Wirtschaftlichkeit. Der vierte Teil gibt Anleitungen und Hilfestellungen zur strategischen Ausrichtung der IT, zur Nutzengenerierung, zum Risikomanagement und zum Ressourcenmanagement – kurz: zu IT-Management und -Governance. Abgeschlossen wird der Band mit einer interessanten Fallstudie.

cur

Mario Becker, Reinhard Haberfellner, Ricardo Pasternak, Stefan Grünwald: «IT-Wissen für Anwender. Das Informatik-Handbuch für die Praxis», orell-füssli-Verlag, Zürich, 2013, 440 Seiten, CHF 87.–

Schullaufbahnen und Bildungserfolg

Realschüler aus typengetrennten Sekundarschulen haben es bei der Lehrstellensuche deutlich schwerer als in kooperativen Modellen.

Real und Sek oder kooperative Oberstufe? Höhere Gymiquote? Die Forschung liefert neue Erkenntnisse: «Die Wahrscheinlichkeit, direkt nach der obligatorischen Schule in die Sekundarstufe II zu wechseln», ist «für Jugendliche aus Schultypen mit Grundansprüchen in typengetrennten Schulmodellen deutlich geringer als in kooperativen, integrierenden oder gemischten Modellen.» Dieser Fall wäre also klar. Er betrifft auch die Jugendlichen mit Repetitionen und aus Sonderklassen. Die Kantone TI, VS, JU oder AI haben einen sehr hohen Anteil von über 95% an Direktübertritten in die Sekundarstufe II. Hingegen dümpeln BS, BE oder ZH unter 80%. Im Tessin absolvieren 95% der Kinder eine reguläre Laufbahn in der Volksschule, im Kanton Solothurn nur 75%.

Mädchen und Jugendliche aus migrierten Familien haben es ebenfalls schwerer, nach der Volksschule eine direkte Anschlusslösung zu finden. Es gibt mit kooperativen Modellen und wenig Repetitionen oder Kleinklassen also weniger Wartejahre und Zwischenlösungen als in typengetrennten Modellen. Lehrbetriebe deuten zudem «Brüche in der Bildungslaufbahn als klare Signale für Schulschwäche und fehlende Bildungsmotivation». Noch etwas, das zu denken gibt: Weil Sek und Real vermeintlich einfache und klare Unterscheidungen bieten, haben es Realschüler aus typengetrennten Sekundarschulen deutlich schwerer bei der Lehrstellensuche als in koope-

rativen Modellen: «Jugendliche aus Schultypen mit tieferen schulischen Ansprüchen werden hingegen von vornherein als unqualifiziert diskreditiert.»

Unschöne Begleiterscheinungen

Bei der Gymiquote ist es komplizierter: Wo die Quote hoch ist, gibt es mehr Direktlösungen. Benachteiligt werden jedoch die Abgänger der Sek mit Grundansprüchen, weil in diesen Regionen mit hoher Maturitätsquote das Angebot an passenden Lehrstellen abnimmt. In den Kantonen AI oder SZ sind nur 0% bis 4% der 19-jährigen Jugendlichen ohne Abschluss auf der Sek II; in NE, GE oder TI haben aber 20–25% keinen Sek-II-Abschluss und befinden sich auch nicht in einer Sek II-Ausbildung. Je höher die Maturaquote, desto höher der Anteil von ausbildungslosen und auch arbeitslosen Jugendlichen.

Unschön ist der weiterhin anhaltende Mangel an zukunfts-tauglichen Lehrstellen im Dienstleistungsbereich mit hoher Wertschöpfung. Aber auch in den von Frauen oft gewählten Berufen in der Pflege gibt es zu wenig Lehrstellen, obwohl der Arbeitsmarkt ausgetrocknet ist.

Die im Bereich der Testherstellung tätigen Autoren empfehlen nicht ganz uneigennützig «standardisierte Zertifikate» am Ende der Sekundarstufe I. Ob mit einem solchen Abschlusszertifikat die «Qualifikationen und das Potenzial der Schülerinnen und Schüler verständlicher, detaillierter und vermutlich auch objektiver ausgewiesen» würden, darf in



Florian Keller; Urs Moser:
«Schullaufbahnen und Bildungserfolg», Verlag Rüegger, Zürich, 2013, 312 Seiten, CHF 52.–, ISBN 978-3-7253-1001-2

Frage gestellt werden. Einzige die entstigmatisierende Wirkung solcher Zertifikate für Jugendliche aus Sonderklassen oder aus dem Grundniveau könnten allenfalls etwas bringen.

Einzuwenden wäre aber, dass diese Testleistungen auf der Tagesform beruhen, vor allem bisherige Schulergebnisse testen und kaum prospektive Aussagen zu den persönlichen oder sozialen Kompetenzen oder zum Durchhaltewillen oder zur Interessenlage in einer Berufslehre machen. Testergebnisse können sogar erneut stigmatisieren.

Jürg Brühlmann,
 Leiter der Pädagogischen
 Arbeitsstelle LCH

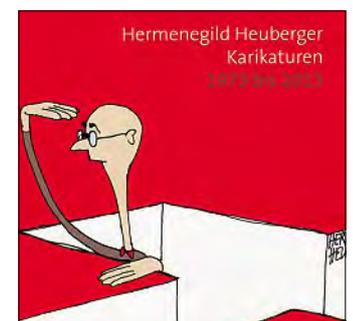
Ausstellung und Buch Gezeichnet

Der charakteristische «Strich» des Lehrers und Zeichners Hermenegild Heuberger war jahrzehntelang mitprägend für die «Schweizerische Lehrerinnen- und Lehrerzeitung» sowie für «LCH Aktuell». Auch vielen anderen Publikationen, nicht zuletzt Schulbüchern, verlieh er durch seine Zeichnungen die Würze feinen Humors.

Mehr als 6000 «Bildkommentare» seien in 40 Jahren entstanden, bilanziert die Einladung zur Ausstellung «Hermenegild Heuberger: Karikaturen 1973 bis 2013» in der Stadtmühle Willisau, die bis 14. Januar 2014 eine Auswahl zeigt. Ein besonderes Kapitel im Katalogbuch gilt dem «Blitz im Hirn»: Am 29. März 2005 erlitt Hermenegild Heuberger mehrere Hirnschläge, die ihn dramatisch aus dem gewohnten Leben herausrissen. Dies dokumentiert er bewundernswert offen, von der letzten Zeichnung «davor» bis zur ersten Zeichnung, die «danach» gedruckt wurde – im Juni 2008. Diesem Thema ist auch eine Veranstaltung vom 21. November, 20 Uhr, gewidmet, in der Heuberger gemeinsam mit dem Arzt Martin Peter davon berichtet.

Heinz Weber

«Hermenegild Heuberger: Karikaturen 1973 bis 2013», 2013, Stadtmühle Willisau, 80 Seiten broschiert, CHF 20.–, ISBN 978-3-9523267-3-2, erhältlich im Buchhandel sowie über www.stadtmuehle.ch



Lernziel: Friedliches Zusammenleben und Respekt

«Blickpunkt – Religion und Kultur», die Lehrmittelreihe zum neuen, im Kanton Zürich obligatorischen Schulfach «Religion und Kultur», liegt nun vollständig vor.

Kinder und Jugendliche begegnen im Alltag Menschen verschiedener Herkunft und Religion. Mit dem neuen Lehrmittel entdecken sie, wie vielfältig Kulturen und Religionen sein können, und bauen sich elementare Kenntnisse über christliche Traditionen und Weltreligionen auf. Sie setzen sich mit Überzeugungen und Wertvorstellungen auseinander und lernen, Sichtweisen von Menschen verschiedener Religionen und Weltanschauungen zu achten und mit ihnen zusammenzuleben.

Das Fach widerspiegelt aktuelle gesellschaftliche Fragen, beispielsweise die Vielfalt an Religionen und die zunehmende Distanz der Bevölkerung zur Kirche. Der Unterricht ist bildungspolitisch gerechtfertigt und bekenntnisunabhängig aufgebaut. Daher handelt es sich (im Kanton Zürich) um obligatorischen schulischen Unterricht zum Thema Religion ohne Abmeldemöglichkeit. Dieser verlangt von der Lehrperson viel Reflexion und einen aufmerksamen und respektvollen Umgang.

Den Alltag verstehen

Das Werk geht von Bildern, Geschichten, Sachtexten, Reportagen und Porträts, also von Inhalten aus, in denen sich die Geisteshaltung einer Kultur zeigt. Es stellt dar, wie Familien, die hier leben, auch jene aus anderen Kulturen, Feste feiern. Die Kinder sollen die Traditionen in ihrer Umgebung kennen und verstehen lernen. Von bekannten Bräuchen, beispielsweise der Legende von

Nikolaus, wird deren Ursprung aufgezeigt. Indem es auf religiöse Symbole hinweist, macht das Lehrmittel Religion und Kultur sichtbar. Alle Unterrichtsmaterialien wurden in Rücksprache mit Experten sowie Vertreterinnen und Vertretern der Religionsgemeinschaften entwickelt und in der Praxis erprobt.

Das sorgfältig gestaltete Lehrwerk lädt durch die Bilder ein, genauer hinzugucken.

Wie mit den Augen des Kindes wahrgenommen, behandelt «Blickpunkt 1» für die Unterstufe die Themen Kinder, Alltag, Feste und Tiere.

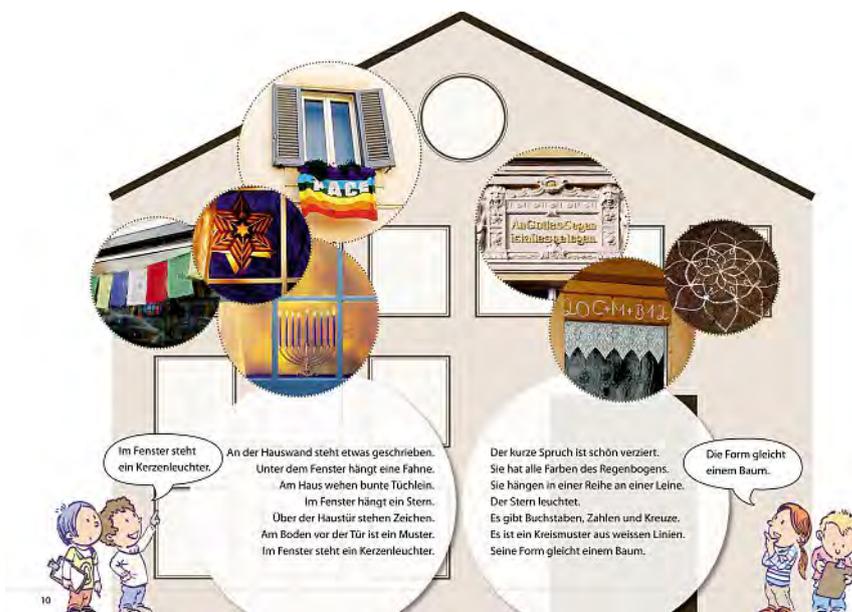
«Blickpunkt 2» für die Mittelstufe geht auf wichtige Tage, Schriften, Häuser und Orte der Religionen ein und lässt Menschen ihre Welt erzählen. Das Kapitel «Spuren» führt vom Goldschatz der Kelten bis zu den Limmatschiffen Felix und Regula und trifft in deren Namen auf die Stadtheiligen. In «Schon gehört von» wird er-

klärt, was Abraham, Mose, Buddha, Maria, Jesus und Mohammed in den verschiedenen Religionen bedeuten.

Jeder der fünf Weltreligionen ein eigenes Kapitel widmet «Blickpunkt 3» für die Sekundarstufe I und geht auch auf Spuren von Religion im Alltag ein. Der Band stellt die Gretchenfrage «Sag, wie hast du es mit der Religion?» und betrachtet Lebensstile am Beispiel von Kleidersitten und Essensregeln. Auch zeigt er, wie die Medien Religion abbilden und wie die Menschen sowohl durch die Religion als auch durch die Naturwissenschaften die Welt verstehen wollen.

Das Lehrwerk besteht aus Schülerinnen- und Schülerbuch, Klassenmaterial mit CD-ROM sowie einem Kommentar. Für die Unterstufe sind Poster und Folien erhältlich. Das Klassenmaterial für die Oberstufe enthält eine DVD mit Kurzfilmen.

Die Lehrmittelreihe «Blickpunkt – Religion und Kultur» umfasst drei Bände und deckt den Unterricht von der 1. bis zur 8. Klasse der Volksschule im Kanton Zürich ab. Hier eine Illustration aus Band 1.



Befähigt fürs neue Fach

Das Schulfach «Religion und Kultur» wird bis 2016 an den Schulen im Kanton Zürich eingeführt. Dazu bildet die Pädagogische Hochschule Zürich in einem eigenen Studienprogramm Lehrpersonen aus. Viele Lehrpersonen im Kanton verfügen bereits über die Zusatzausbildung für das Fach Ethik und Religion. Während des Kurses haben sie sich mit den Zielen auseinandergesetzt und sind Menschen aus einem fremden kulturellen Kontext begegnet.

Marianne Wydler

Weiter im Netz

Informationen zu den Lehrmitteln sowie zu den Kursen: www.blickpunkt-religionundkultur.ch
Downloads unter www.lehrmittelverlag-zuerich.ch/Aktuell/Medien

Bücher und Medien

Mut zur selbst-gesteuerten Schul-entwicklung

Wer sich eine übersichtliche und kompakte Zusammenstellung des heutigen Wissensstandes zur Unterrichts- und Schulentwicklung wünscht, ist mit diesem gut lesbaren und sehr verständlichen kleinen Buch gut bedient. Der vielleicht renommierteste Spezialist in der deutschsprachigen Szene, Hans-Günter Rolff, hinterlässt uns einen State of the art zu den gängigen Methoden, Tools und Denkmodellen der selbstverantworteten schulinternen Arbeit für guten Unterricht. Mit dabei ist ein persönlicher Rückblick auf die selber noch erlebten Pionierzeiten der Schulentwicklung vor 40 Jahren und ein Ausblick auf die aktuelle Fachdiskussion. Die schulinterne, mit einer Steuergruppe geführte und im Team breit abgestützte Entwicklung von Unterricht und Schule hat für Rolff einen hohen



Hans-Günter Rolff: «Schulentwicklung kompakt. Modelle, Instrumente, Perspektiven», 2013, Verlag Beltz, Weinheim und Basel, 190 Seiten, ca. CHF 35.–

Stellenwert: «Selbst wenn bis zu 80 Prozent eines Kollegiums zur Lehrerfortbildung gehen, ändert sich in der Schule

häufig nichts. Schulentwicklung findet in der Schule statt, und zwar dort – oder überhaupt nicht. Unter dem Gesichtspunkt von Schulentwicklung wird es also deshalb immer wichtiger, dass Lehrerfortbildung entweder in die Schule geht, also zu den Kollegien, oder dass sie Leiter ausbildet, die das tun» (S.40).

Für dieses eigene Tun stellt Rolff viele ganz konkrete Instrumente und Tools bereit. In der Zukunft sieht er eine Weichenstellung zwischen einer Variante A: «Freiheit des eigenen Weges mit angemessener Unterstützung» an den einzelnen Schulen und einer Variante B: dass «die zentralen Schulbehörden die Schulen auf den Testzug setzen, der eine einzige Strecke abfährt, deren Endstation mehr Druck, mehr Kontrolle, mehr Effizienz und weniger Pädagogik heisst.» Wir hoffen nicht, dass es soweit kommt. Wenn genügend Schulen die Qualitätsarbeit für den Unterricht in die eigene Hand nehmen, wird der Gegenbeweis angetreten. Zum Beispiel mit Hilfe dieses Buches und den notwendigen umgeleiteten Ressourcen an die Schulen.

Jürg Brühlmann

Anzeige

INTERAKTIV

vielfältig
 vernetzt
 lern
 dynamisch
 nachhaltig
 effizient
 multimedial

Lausanne
 EXPO BEAULIEU
 20.–22.11.2013
 Halle 1, Stand 112

www.interaktiv-lernen.ch

E SEIT 1904
 SCHWEIZER
 MÖBELHERSTELLER

Embru-Werke AG
 Rapperswilerstrasse 33
 CH-8630 Rüti ZH

+41 55 251 11 11
 interaktiv@embru.ch
 www.embru.ch

embru
 möbel ein leben lang

Schneesporttage für Schulen

In Stoos ist was los

Das Wintersportgebiet Stoos (1500-1955m) bei Schwyz überzeugt durch die zentrale Lage und vielseitige Schneesport-Möglichkeiten in einem überschaubaren Gebiet. Hier kann man Schneeschuhlaufen, Schlitteln, Airboarden, Winterwandern, Langlaufen und natürlich Skifahren und Snowboarden. Besonders die Alternativen wie Schneeschuhlaufen und Airboarden werden immer beliebter. Der Stoos bietet separate Schneeschuhtrails und Airboardpisten und das entsprechende Mietmaterial vor Ort. Im neuen Car-Kombi-Angebot (An-/Abreise ab Schulhaus inkl. Ticket) sind alle Teilnehmer zum günstigen Einheitspreis dabei. Ab Zürich geht's bereits für CHF 59.– in den Schnee, infos auf www.stoos.ch/schulen-winter oder 041 818 08 08.

Schwierige Schulsituationen

Bei Eskalation

Plötzlich kommt es in der Klasse zu eskalierenden Konflikt- und Gewaltsituationen. Neben dem Schulalltag kommt damit zusätzlich eine grosse Belastung auf die Lehrperson zu. Effiziente und praxiserprobte Instrumente können die Situation rechtzeitig entschärfen. Es gibt zahlreiche neue Ansätze, welche bis jetzt in der Schulpraxis nur wenig bekannt sind. Das Schweizerische Institut für Gewaltprävention (SIG) bietet ab November darum eine Reihe von Weiterbildungsveranstaltungen an, welche den Lehrpersonen sofort im Alltag umsetzbare und für sie meist neue Instrumente im Umgang mit schwierigen Schulsituationen in die Hand geben. Information und Anmeldung unter www.sig-online.ch > Weiterbildung

Jugendprojekt

Echte Storys aus dem Netz

«Virtual Stories» ist ein Projekt von Jugendlichen für Jugendliche. In gefilmten Interviews erzählen junge Männer und Frauen ihre realen Erlebnisse mit digitalen Medien (Cybermobbing, Onlinesucht). Die Geschichten werden anschliessend von weiteren Jugendlichen reflektiert, kommentiert und auf www.feel-ok.ch sowie virtualstories.ch online geschaltet. Zum Schutz des/der Erzählenden sind die Filmbeiträge anonymisiert.

Lehrmittel

E-School-Books

Auch manche Lehrkräfte und ihre Schülerinnen und Schüler lesen heute die Zeitung auf einem Tablet. Nicht selten wird das iPad bereits im Unterricht verwendet. Für Letzteres hat Klett und Balmer schon acht Lehrwerke im Angebot, die im Deutsch-, Französisch- und Mathematikunterricht als eBook genutzt werden können. Mehr zu den einzelnen Titeln, über die praktischen digitalen Zusatzfunktionen sowie über die eBook-App lässt sich erfahren unter: www.klett-ebooks.ch.

Wettbewerb

Genuss & Sucht

Das Thema des Wettbewerbs für das Internationale Comix-Festival Fumetto vom 5. bis 13. April 2014 ist «Genuss oder Sucht – Ab und zu, immer mal wieder, regelmässig, masslos?». Es geht um den Genuss im Leben und stellt die Frage nach der Menge. Wann kippt Genuss in Sucht? Und findet das Geniessen alleine oder mit anderen statt? Präsentiert wird der Wettbewerb zusammen mit dem Bundesamt für Gesundheit. Einsendeschluss: 3. Januar 2014. Infos und Ausschreibung: www.fumetto.ch

Weihnachtsausstellung

«Ihr Kinderlein kommet»

«Ihr Kinderlein kommet» heisst es von 22. November 2013 bis 5. Januar 2014 im Landesmuseum Zürich. Die Weihnachtsausstellung ist speziell den jungen Museums Gästen gewidmet. In einer zauberhaften Winterlandschaft sind Krippen aus aller Welt ausgestellt. Kinder können die Weihnachtsgeschichte hören oder unter kundiger Anleitung Geschenke basteln. Wenn abends das Museum seine Tore schliesst, ist es Zeit für die spannende Entdeckungsreise «Nachts alleine im Museum ...» oder die beliebten «Laternenführungen». Daten unter: www.nationalmuseum.ch > Landesmuseum Zürich > Veranstaltungen und Führungen

Rechtsschreibe-App

Wörter-Profi

Dieses App wurde zusammen mit Jugendlichen der Privatschule «Lern mit» entwickelt und von der Firma pappy GmbH professionell umgesetzt. Durch die vielseitige Verwendbarkeit kann es sowohl beim Erlernen von Schreiben und Lesen, beim Üben von individuellen Rechtschreibproblemen als auch beim Einprägen von Wörtern in den Fremdsprachen eingesetzt werden. Dank einem klaren Design und dem einfachen Aufbau des Programms steht einem effizienten und erfolgreichen Üben nichts im Weg. Das Programm ist im App-Store erhältlich.

Prüfungen mit EDV

Elektronisch

Die «Bologna»-Studienreform hat an den Hochschulen zu einem signifikanten Anstieg schriftlicher Prüfungen geführt. Hinzu kommt ein stetiger Anstieg der Studierendenzahlen. Damit verbunden ist eine starke Mehrbelastung der Do-



Bild: ©landesmuseum

Engel mit bunt besticktem Rock aus dem frühen 19. Jahrhundert. Weihnachtsfigur, 18. Jh., Kloster St. Anna Luzern.

zierenden für die Korrektur. Aus diesen Gründen hat die Leitung der Universität Zürich beschlossen, ein Projekt zur elektronischen Unterstützung schriftlicher Prüfungen zu lancieren. Es ist vorgesehen, dass bei der elektronischen Prüfungsdurchführung den Studierenden speziell konfigurierte und abgesicherte Laptops zur Verfügung gestellt werden. Infos: www.atesum.ch

Schlafen im Museum

Biwak

Im Projektraum Biwak im Alpinen Museum in Bern erleben angemeldete Gruppen für eine Nacht echtes Hüttenschlafambiente. «Biwak#07» verwandelt sich vom 12. Oktober bis 24. November 2013 in ein Matratzenlager mitten in der Stadt Bern auf 551 m ü. M. Geschlafen wird in den neu gebauten Kajütenbetten der künftigen Gspaltenhornhütte. Die Unterkunft ist für Gruppen bis 12 Personen für eine Nacht buchbar, inkl. Ausstellungsbesuch, Nachtessen und Frühstück. Buchungen bei Hüttenwartin Nicole Herzog unter 051 3500442 oder booking@alpinesmuseum.ch

Fotoreise im Regenwald**Costa Rica**

Costa Rica weist eine sehr hohe biologische Vielfalt an Pflanzen und Tieren sowie Landschaftsformen auf. Das Ziel der Reise besteht darin, fotografiebegeisterten Amateuren und Profis ideale fotografische Bedingungen zu bieten, um nicht alltägliche Tier- und Pflanzenarten zu beobachten und zu fotografieren. Reise- und Kursleiter Thomas Marent kennt die Hotspots und weiss, welche Tiere wann und wo zu beobachten sind. Die Fotoreise dauert 14 Tage und findet im Dezember 2013 statt. Einleitend zur Reise wird 2 bis 5 Wochen vor Abreise ein dreistündiger Workshop durchgeführt. Anmeldung und weitere Infos: www.zentrum-bildung.ch > Kursprogramm > Fotografie

Sachbuch**Ergonomie**

Der Ratgeber «Ergonomie am Arbeitsplatz» beschreibt die Grundlagen der Einstellung des Bildschirmarbeitsplatzes bezüglich Mobiliar und Arbeitsmitteln. Mögliche Zusammenhänge zwischen Einstellungen, Körperhaltungen und körperlichen Beschwerden werden aufgezeigt, Ausgleichsbewegungen zur effizienten Entlastung direkt am Arbeitsplatz werden angeleitet. Bezug: www.klv.ch

Sabine Blum: «Ergonomie am Arbeitsplatz. Mit sehr wenig so viel bewegen! Ein Ratgeber für einen beschwerdefreien Büroalltag». Kaufmännischer Lehrmittelverlag AG, Zürich 2013, 128 Seiten, CHF 24.80

Ausstellung**Hören verstehen**

Die medizinische Forschung bietet gehörlosen Menschen heute einige wirksame Hilfsmittel, und die Gebärdensprache gilt heute als selbstver-

ständliche und eigenständige Sprache gehörloser Personen – doch das war nicht immer so. Die Interkantonale Hochschule für Heilpädagogik Zürich (HfH) präsentiert in der Ausstellung «Hören verstehen» zahlreiche Exponate und Illustrationen aus der Zeit von 1800 bis zur Gegenwart. Das in den 1980er Jahren entwickelte Cochlea-Implantat gilt als entscheidender medizinischer Durchbruch. Was aber gab es vor dieser High-Tech-Hörprothese? Antworten auf diese Frage finden Sie an der Interkantonalen Hochschule für Heilpädagogik Zürich, Schaffhauserstrasse 259, 8057 Zürich. Öffnungszeiten Montag bis Freitag, von 10 bis 12 Uhr, 14 bis 16 Uhr oder nach Vereinbarung. www.hfh.ch > Agenda

Kommunikation & Beratung**Integrativ**

Um die Anforderungen in integrativen Schulen meistern zu können, sind besondere kommunikative und beratende Kompetenzen unerlässlich. Der CAS Kommunikation und Beratung richtet sich an Fachpersonen wie schulische Heilpädagoginnen und Heilpädagogen, Regellehrpersonen, Fachpersonen der Logopädie und Psychomotoriktherapie. Zentrale Themen sind personenzentrierte, systemische und lösungsorientierte Beratung und Kommunikation. Informationsveranstaltung: Mittwoch, 6.11.13, 16.45–17.45, Interkantonale Hochschule für Heilpädagogik, Schaffhauserstrasse 259, Zürich. Anmeldung erwünscht. www.hfh.ch

Seminare**Gewalt an Schulen**

Das Schweizerische Institut für Gewalteinschätzung SIFG ist eine Plattform, die zum Austausch über Gewaltthemen einlädt, Netzwerke fördert und

zur interdisziplinären Zusammenarbeit anregt. Gewaltthemen an Schulen, in Behörden und bei Fachpersonen werden auf wissenschaftlicher Basis und praxisbezogen behandelt. Am 26., 27. und 28. November 2013 werden Themen erörtert, die für Lehrpersonen, Schulleitungen und Schulbehörden wichtig sind: Diffuse Drohungen im Internet und schwere Gewalt an Schulen. Gewaltakte geschehen nicht aus heiterem Himmel, sondern haben eine Entwicklungsgeschichte. Weitere Informationen: www.sifg.ch/seminare

Interkulturelle Leseanimation**BuchBesuch**

Eine Leseanimatorin von Baobab Books besucht Schulklassen und Bibliotheken und öffnet ein Fenster in unbekannte Lesewelten. Sie bringt ein spannendes Buch mit, regt die Kinder an, über kulturelle Vielfalt, Unterschiede und Gemeinsamkeiten nachzudenken und lässt sie eine Brücke zum Alltag schlagen. Weitere Infos: www.baobabbooks.ch

Weiterbildung mit swch.ch**à la carte**

Im Sommer 2014 finden die swch-Weiterbildungswochen ab 7. Juli in Luzern statt. Buchen kann man den Kurs seiner Wahl schon heute – manche Kurse sind schon bald ausgebucht. Die grosse Kursauswahl findet man entweder im Internet unter www.swch.ch oder im umfangreichen gedruckten Kursprogramm.

Die Beiträge der Rubrik «Bildungsmarkt» beruhen in der Regel auf Einsendungen an BILDUNG SCHWEIZ oder auf Informationen von Inserenten. Nur in namentlich gezeichneten Ausnahmefällen ist damit eine Empfehlung der Redaktion verbunden.

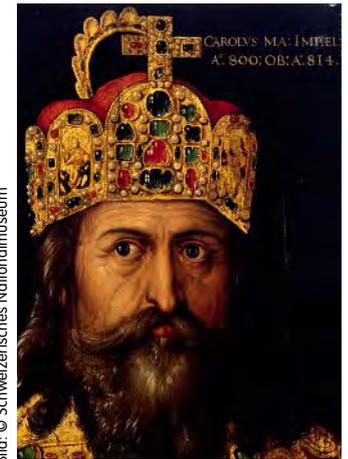


Bild: © Schweizerisches Nationalmuseum

Karl der Grosse, erster Kaiser des westlichen Mittelalters, u.a. auch der heutigen Schweiz.

Ausstellung**Der Kaiser der Schweiz**

Wer war Karl der Grosse, wie prägte der Karolinger das 8. und 9. Jahrhundert? 2014 jährt sich zum 1200. Mal der Todestag von Karl dem Grossen (748–814), dem ersten Kaiser des westlichen Mittelalters. Aus diesem Anlass widmet das Landesmuseum ihm und seiner Zeit eine umfassende kulturhistorische Ausstellung. Die mit bedeutenden Leihgaben aus dem In- und Ausland bestückte Schau zeigt, welche Neuerungen durch Karl den Grossen in Bildung, Kunst, Architektur und Religion eingeführt wurden. Im Vordergrund der vielfältigen Inszenierung steht das Erbe der Schweiz aus karolingischer Zeit. Themenräume zur Persönlichkeit Karls des Grossen, zu seinem Umfeld und Herrschaftsgebiet, zu Klöstern, Kirchen sowie Pfalzanlagen vermitteln ein lebendiges Panorama der Zeit um 740 bis 900. Ein Epilog wirft einen Blick auf Kult und Legenden um Karl den Grossen nach seinem Tod. Noch bis 2. Februar 2014: www.landmuseum.ch

Schulrat

www.schule-altdorf.ch
www.altdorf.ch



Altdorf, Hauptort des Kantons Uri, ist ein attraktiver Wohn- und Arbeitsort mit einem guten Bildungs-, Freizeit- und Kulturangebot. Die Schule Altdorf umfasst aktuell 8 Zweijahreskindergärten, 27 Primar- und 9 Oberstufenklassen. Die rund 850 Schülerinnen und Schüler werden von 110 Lehrpersonen unterrichtet.

Infolge Pensionierung des bisherigen Stelleninhabers suchen wir auf das Schuljahr 2014/15

1 Gesamtschulleiterin/Gesamtschulleiter (100%)**Ihre Hauptaufgaben:**

- Operative Führung im pädagogischen, personellen und organisatorischen Bereich
- Weiterführung des Schulentwicklungsprozesses
- Sicherung der Schulqualität
- Zusammenarbeit mit allen an der Schule Beteiligten

Ihr Profil:

- Berufs- und Führungserfahrung vorzugsweise im pädagogischen Bereich
- Schulleitungsausbildung oder Bereitschaft, diese zu absolvieren
- Gute Team- und Kommunikationsfähigkeiten
- Hohe Führungs- und Sozialkompetenzen
- Einfühlungs- und Durchsetzungsvermögen
- Organisations- und Planungstalent

Unser Angebot:

- Spannende und abwechslungsreiche Führungsaufgabe
- Motivierte Lehrpersonen, engagierte Schulhausteams
- Schule mit integrativen Unterrichtsformen
- Gute Schulanlagen mit zeitgemässer Infrastruktur
- Unterstützung durch Schulhausleitungen und Schuladministration

Die Besoldungs- und Anstellungsbedingungen richten sich nach dem kantonalen und kommunalen Personalrecht.

Wir freuen uns auf Ihre Bewerbung mit Foto und den üblichen Unterlagen. Senden Sie diese bitte bis zum 12. November 2013 an:

Gemeinde Altdorf, Schulrat, Gemeindehaus, 6460 Altdorf

Auskünfte erteilen Ihnen Schulleiter Karl Ziegler, Telefon 041 874 12 90, oder Schulratspräsident Alexander Imhof, Telefon 041 871 35 59.

Schule Urpi Wasi in Cusco/Peru sucht erfahrene **Lehrperson** sowie **Kindergartenlehrperson** mit Span.-kenntnissen. Ab Feb. 2014 oder Feb. 2015 kannst du dein Wissen in einer Schule eines Armenviertels einsetzen.

Nähere Infos unter:
b_persenico@yahoo.com



**Lehrpersonen und HeilpädagogInnen
für die Entwicklungszusammenarbeit!**

Weitere Infos: www.interteam.ch



INTER TEAM FACHLEUTE IM ENTWICKLUNGSEINSATZ
Wissen teilen – Armut lindern

Suchen Sie eine sinnvolle Herausforderung?

INTERTEAM vermittelt im Rahmen der personellen Entwicklungszusammenarbeit Fachleute für 3-jährige Einsätze nach Afrika und Lateinamerika. Wir suchen auf den Sommer 2014 oder nach Vereinbarung

für **NAMIBIA** eine/n **Primarlehrer/in**

in der Lehrerweiterbildung, Entwicklung von angepasstem Lernmaterial und einfachen Lehrmitteln, Einführung der Lehrpersonen in den neuen Lehrplan.

für **BOLIVIEN** eine/n **Pädagog/in**

für Präventionsarbeit mit Jugendlichen in Schulen gegen familiäre Gewalt und die Begleitung von Gewaltopfern.

Weitere Informationen und Stellenausschreibungen finden Sie auf unserer Website: www.interteam.ch



CAS am Institut Unterstrass an der PHZH

Kommunikation, Zusammenarbeit, Coaching



Wie gewinne ich andere für meine Anliegen? Wie gestalte ich eine effiziente Zusammenarbeit? Wie coache ich zielorientiert?

Im CAS (Certificate of Advanced Studies) wird gezeigt, wie Zusammenarbeit effizient gelingt und wie die Kommunikation zwischen Lehrpersonen und Schüler/innen oder mit Eltern so gestaltet werden kann, dass sie für alle befriedigend und anregend ist. Die Teilnehmenden üben Lernende so zu coachen, dass sie ihre Ziele mit Freude erreichen.

Daten und Dauer:

Daten: Mai 2014 bis Januar 2015

Dauer: 5 Seminare in unterrichtsfreien Wochen

www.unterstrass.edu/mas → Weiterbildung → MAS Heterogenität → Modul- und Zeitplan, Broschüre MAS, Konzept CAS 2

Infoanlass: 12. und 14. November 2013, Aula Institut Unterstrass, Seminarstrasse 29, Beginn: 18.00 Uhr
dieter.ruettimann@unterstrass.edu (Leiter Studiengang)
eva.hug@unterstrass.edu (Leiterin Weiterbildung)

Runde Sache

Was soll eine Christbaumkugel im sommerlichen Wald? Jürg Hari aus Steffisburg gewann mit diesem Motiv den dritten Preis im Fotowettbewerb «Ereignis Schule».



Zu dem von einer Schülerin aufgenommenen Bild bemerkt der Lehrer:

«Bereits der Wochenkurs «Fotografieren macht Schule» bei Monica Beurer war für mich ein fächerübergreifendes Ereignis und löste viel Faszination und Interesse aus. Also widmeten wir uns in der diesjährigen Landschulwoche mit Unterstützung des sehr anregenden und praxisorientierten Lehrmittels dem bewussten Umgang mit Bildsprache.

Die Aufgabe «Fotografieren mit einer Christbaumkugel» lädt zum kreativen Handeln ein: Sich auf Fremdes einlassen, mutig sein, entdecken, verändern, inszenieren, ausprobie-

ren, philosophieren, sich freuen, Ideen und Resultate austauschen, vergleichen, besprechen, kritisch sein – und als Resultat ganz persönliche Bilder voller Erfahrungen, Emotionen und neu erworbener Fähigkeiten nach Hause nehmen, über die man stolz berichtet. In dieser Landschulwoche (ohne Natels) erlebten wir Schule als soziales und gestalterisches Ereignis, das mit der Fotoausstellung im Schulhaus seinen abschliessenden Höhepunkt fand.»

Jürg Hari, Klassenlehrer der Klasse 6a,
Primarschule Gotthelf, Thun

BILDUNG SCHWEIZ demnächst

Ausgerechnet

Können junge Leute heute tatsächlich nicht mehr rechnen? Bringen sie keinen Dreisatz mehr auf die Reihe? Hat die Schule ihre Hausaufgaben nicht gemacht? Ein Fachmann der Berufsbildung geht dieser oft geäusserten Kritik nach.

Sprachgewandt

«Bonjour» oder «Grüessech» – wer in Murten (FR) auf den Schulhausplatz kommt, den begrüssen Kinder oder Jugendliche in der einen oder anderen Sprache. Seit ein paar Jahren wird diese Zweisprachigkeit als Ressource genutzt.

Lustbetont

Die Teilnahme an pädagogisch wertvollen Schulwettbewerben kann ungeahnte Kräfte freisetzen. Ausgangspunkt ist oft die Website www.schulwettbewerb.ch

Die nächste Ausgabe erscheint am 5. November



GEDRUCKT IN DER SCHWEIZ.
IMPRIMÉ EN SUISSE.
STAMPA IN SVIZZERA.
STAMPATO IN SVIZZERA.

www.keramikbedarf.ch

Alles zum Töpfern und Brennen - inkl. Service !



**RAKU-HOLZOFEN
BAUSATZ
FR. 360.00**



**BRENNOFEN 68 LITER
SET-ANGEBOT
FR. 2685.00**



**DREHSCHLEIBE
SET-ANGEBOT
FR. 1240.00**



**TON, GLASUREN
UND GIPSFORMEN**



**NEU: GROSSE AUSWAHL AN
HANDROLLER UND STEMPSEL**



**WERKZEUGE UND
LAMPENBRENNER**



**KATALOG
BESTELLEN!**