

Mental Health Promotion

in Grazer Volksschulen

erste Schritte im Projekt

Ein Projekt des
Unterstützungsvereins
Schulpsychologie in
Kooperation mit Styria vitalis

Gefördert durch:



Fonds Gesundes
Österreich



Das Land
Steiermark

→ Gesundheitsressort



Das Land
Steiermark

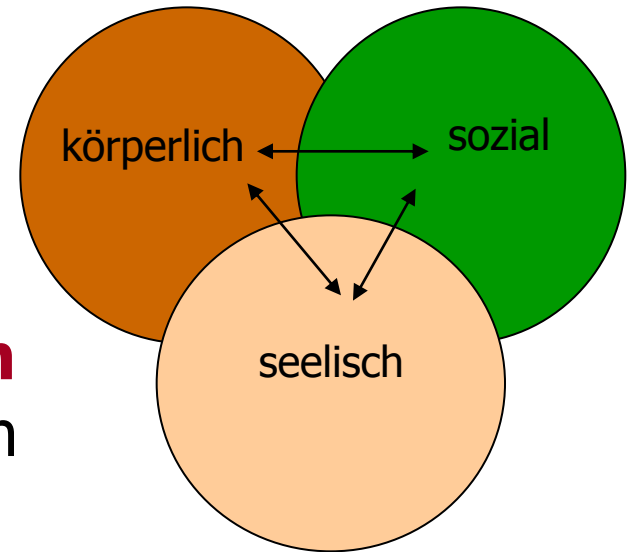
bm:uk



Damit Gesundheit der einfachere Weg ist.

Was ist Gesundheit?

- 🍏 Gesundheit umfasst das körperliche, seelische und soziale **Wohlbefinden** und ist mehr als die Abwesenheit von Krankheit
- 🍏 Gesundheit ist das Ausmaß in dem **Einzelne oder Gruppen** in der Lage sind, das **körperliche, seelische und soziale Gleichgewicht** aufrecht zu erhalten bzw. wieder herzustellen.



Damit Gesundheit der einfachere Weg ist.



Schule und Gesundheit

Wo sind die Zusammenhänge?

Was kann beeinflusst werden?



- Subjektiv wahrgenommener Schulerfolg – Zufriedenheit mit Leistung
- Das Gefühl des „Sich-Auskennens“
- Persönliche Bedeutsamkeit des Unterrichts
- Beziehungen zw. SchülerInnen & SchülerInnen
- SchülerInnen & LehrerInnen
- Schul- und Klassenklima
- Sozial- und Leistungsdruck
- „Arbeitsplatz“ Schule
- Qualität des Unterrichts (Schülerzentriertheit)
- Passung der Schule
- Beteiligungsmöglichkeiten

Dür & Griebler, 2007; Eder 2007

Damit Gesundheit der einfachere Weg ist.



Wo unterstützt Gesundheitsförderung?

Wer ist beteiligt?

3 – 12 % aller SchülerInnen & LehrerInnen

20 – 30 % aller SchülerInnen

Alle SchülerInnen und LehrerInnen

Ganze Schule

Interventionsebene

(Psycho)therapie, Medizin....
(externe Hilfe)

Besondere Betreuung durch die Schule

Unterrichtsalltag

Ganze Schulumwelt

Professionelle Behandlung

Psychosoziale Interventionen

Unterricht – Erweiterung von Handlungsspielräumen

Schulumwelt, die das bio-psycho-soziale Wohlbefinden von SchülerInnen und LehrerInnen fördert (gesundheitsförderliche Schulumwelt)

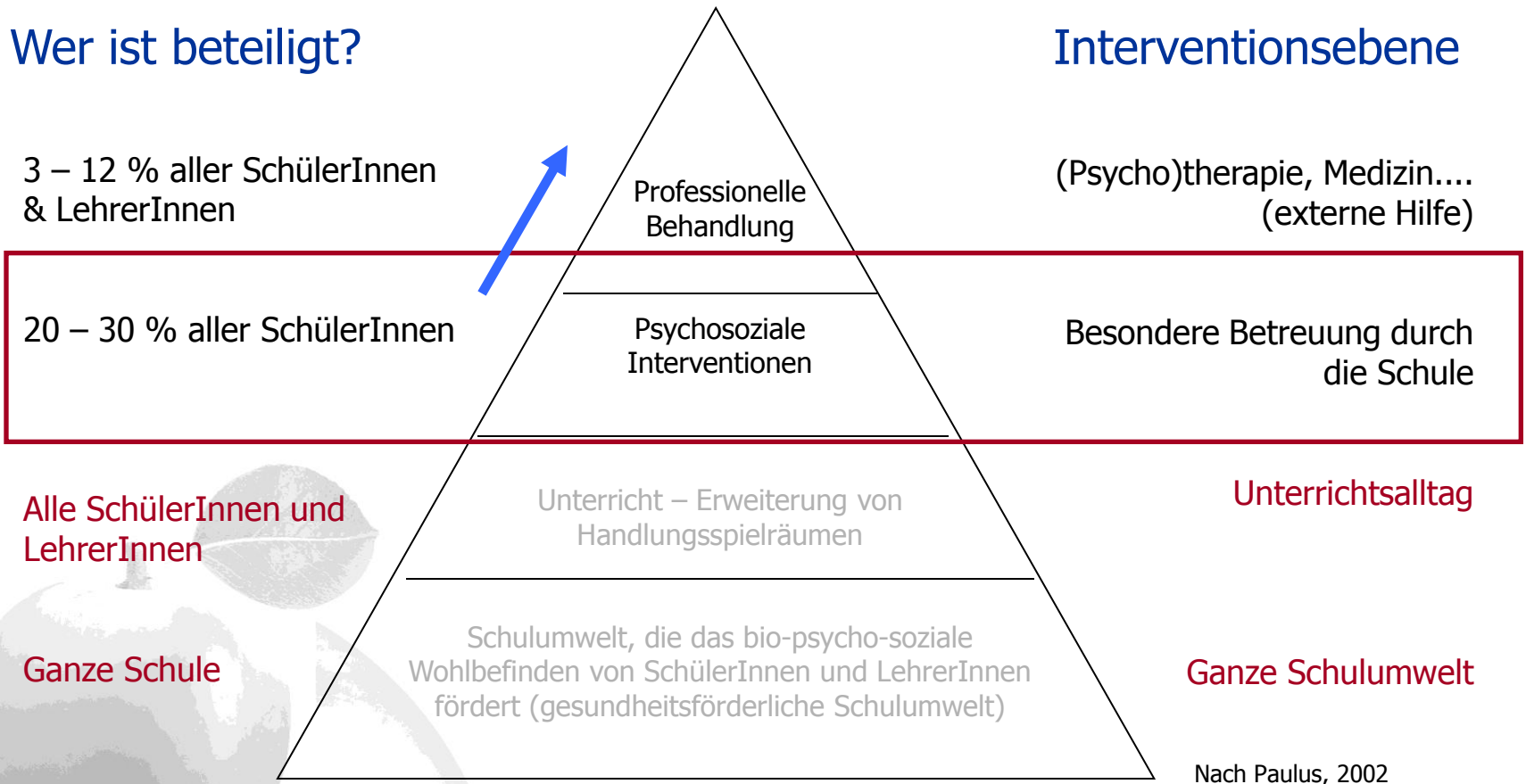


Damit Gesundheit der einfachere Weg ist.

Wo unterstützt die Schulpsychologie?



Wer ist beteiligt?



Damit Gesundheit der einfachere Weg ist.



Das Projekt

Wer ist beteiligt?

3 – 12 % aller SchülerInnen
& LehrerInnen

20 – 30 % aller SchülerInnen

Alle SchülerInnen und
LehrerInnen

Ganze Schule

Interventionsebene

(Psycho)therapie, Medizin
(externe Hilfe)

Besondere Betreuung durch
die Schule

Unterrichtsalltag

Ganze Schulumwelt

Nach Paulus, 2002



Damit Gesundheit der einfachere Weg ist.

Die Ziele

LehrerInnen-Teams

- (er)kennen Einflussmöglichkeiten auf die psychosoziale Gesundheit der SchülerInnen & LehrerInnen und setzen sich realistische Ziele zur Weiterentwicklung der eigenen Schule (Interventionsebene I)
- arbeiten, mit Unterstützung, an Bedingungen für Wohlbefinden und psychosoziale Gesundheit in Unterricht und Schulalltag (Interventionsebene II)
- entwickeln die Unterrichtsgestaltung dahingehend weiter, dass auch SchülerInnen mit Unterstützungsbedarf über eine gute Schulzufriedenheit verfügen und ihre Leistungspotenziale optimal ausnützen können (Interventionsebene III)
- LehrerInnen-Teams und Eltern kennen das psychologische Angebot und andere Unterstützungsressourcen (z.B. Kinderpsychotherapeutische Einrichtungen) und nehmen diese bei Bedarf in Anspruch (Interventionsebene IV)

Damit Gesundheit der einfachere Weg ist.



Rahmenbedingungen

- 🍏 Teilnehmende Schulen: VS Geidorf, VS Triester, VS St. Veit
- 🍏 Dauer: 4 Jahre (3 Schuljahre)
- 🍏 Trägerverein: **Unterstützungsverein Schulpsychologie Steiermark**
 - Vereinsobmann: Dr. Josef Zollneritsch
 - Projektumsetzung/Psychologinnen vor Ort:
Mag. Ulrike Bredt & Mag. Birgit Kleinferchner
- 🍏 **Styria vitalis** mit dem Programm „Gesunde Volksschule – Schule zum Wohlfühlen“
- 🍏 Fördergeber: Fonds Gesundes Österreich, BMUKK, Land Steiermark – Büro LR Elisabeth Grossmann (Bildung) und Büro LR Bettina Vollath (Gesundheit)
- 🍏 Evaluation: Institut für Psychologie der Universität Graz (Dr. Sabine Bergner und Mag. Christine Kragl)

Damit Gesundheit der einfachere Weg ist.



Basisinfo

Ein gemeinsames Bild bekommen

Diagnose/Ist-Zustand

Wo stehen wir? Wo möchten wir uns weiterentwickeln? Wo wollen wir Prioritäten setzen?

Diagnoseworkshop

Jahresschwerpunkt reflektieren/Erfolge/Misserfolge erkennen und benennen

Reflexionsworkshop

Evaluation

Erreichtes reflektieren und bewerten

Evaluationsworkshop

Schwerpunkte erkennen:

Bewegung, Konfliktmanagement, Essen, Gemeinschaft stärken

Ziele setzen & Maßnahmen planen
Planungsworkshop

Maßnahmen umsetzen:

- eigene Ideen ausprobieren, umsetzen
- Angebote der Schulpsychologinnen
- Workshops mit ReferentInnen
 - mit SchülerInnen
 - mit LehrerInnen
 - mit Eltern

Evaluierung

Intervention wählen

Damit Gesundheit der einfachere Weg ist.



Gesundheit für die Steiermark

Basisworkshop

als Kick-Off am 24. April 2009

- Kennen lernen von Projekt und beteiligten Menschen: *48 Menschen machen sich auf einen gemeinsamen Weg*
- Gelingensbedingungen und mögliche Stolpersteine diskutieren
Bsp: Ich wünsche mir, dass das Projekt konkrete Hilfe bringt. Zu hohe Ziele könnten ein Stolperstein sein.
- Gemeinsam einen Projektnamen finden: *„SCHUPS – Schule und psychische Gesundheit“ erhält die höchsten Punkte vor „GPS – Gesundheit und Psyche“ und „SOWIESO – soziales Wohlbefinden in einer Schulorganisation“*



Damit Gesundheit der einfachere Weg ist.



Eingangsphase

Installierung der psychologischen Beratung vor Ort

Ziel: Einrichtung Arbeitsplätze, vorbereitende Rechercharbeiten, Aufbereitung Leistungen

Beteiligte: DirektorInnen der beteiligten Volksschulen
Team Unterstützungsverein Schulpsychologie

Einstieg ins Netzwerk Gesunder Volksschulen von Styria vitalis

Ziel: Mitglied im Netzwerk sein & Zugang zu Ressourcen des Netzwerks kennenlernen

Beteiligte: VS Geidorf, VS Triester, VS St. Veit & Team von Styria vitalis
im Sommersemester 2009

Damit Gesundheit der einfachere Weg ist.



Diagnosephase

Ziel: Erhebung von Ressourcen & Belastungen für psychosoziales Wohlbefinden im Schulalltag

Beteiligte: SchülerInnen (1. - 4. Klassen), Eltern der beteiligten Volksschulen, Team Unterstützungsverein Schulpsychologie, Team Styria vitalis

Methoden: moderierte Workshops mit den LehrerInnen-Teams
Befragung von SchülerInnen & Eltern

Dauer: Mai-Juni 2009, 3 Stunden/Schule

Ergebnis: gemeinsamer Blick auf die vorhandenen Ressourcen zur Förderung der Gesundheit

Diagnoseworkshops



- 3 Schulen – 3 Tage
– 3 Teams –
3 individuelle Ist-Zustände
- Stärken und Schwächen werden sichtbar gemacht
- Mögliche Handlungsfelder definiert

Damit Gesundheit der einfachere Weg ist.



Diagnosephase – einige Ergebnisse

- FB-Erhebung
 - Schwierigkeiten SchülerInnen - Beziehung zu den MitschülerInnen
 - Freude am Schulbesuch, Zufriedenheit mit Beziehung zu LehrerInnen oder Zufriedenheit m. Unterricht streut – nimmt bei den 3. und 4. Klassen ab
 - Eltern sind in vielen Bereichen sehr zufrieden
- Ressourcen: Projekte, implementierte Programme, Strukturen, vorhandene Ausstattung und Materialien, Möglichkeit des individuellen Arbeitens, Know-How der PädagogInnen, Team-Beziehungen, Kommunikation
- Belastungen: Zusammenarbeit mit den Eltern, Räumliches, soziales Einzugsgebiet in Verbindung mit Möglichkeiten zur Individualisierung, Kooperation mit Unterstützungseinrichtungen, Umgang mit „schwierigen“ Kindern, Aufgabenverteilung, Überfluss an Maßnahmen

Zieleworkshop

Ergebnisse von Diagnoseworkshops und Fragebogenerhebung werden präsentiert

Jahresschwerpunkte werden formuliert:

- ❖ *Klassengemeinschaften stärken (VS Geidorf)*
- ❖ *Beziehungen zwischen SchülerInnen verbessern (VS Triester)*
- ❖ *Schulfreude und Selbstwert der Kinder stärken (VS Graz-St. Veit)*

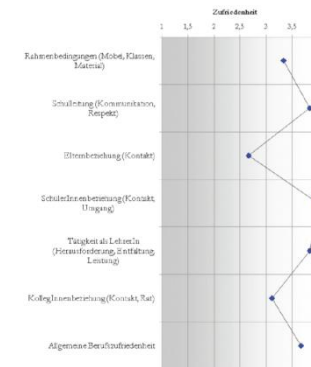


Abbildung 6: Arbeitszufriedenheit der Lehrerinnen



Damit Gesundheit der einfachere Weg ist.



Ziele & Handlungsfelder

1. Der Umgang/die Beziehung zu den Eltern verbessert sich
 1. Nähe/Distanz, „schwierige“ Eltern
 2. Mitarbeit der Eltern (Klarheit d. Rechte und Pflichten)
 3. Einheitliche Linie im LehrerInnen-Team
2. Das Problemfeld „Verhaltensvereinbarungen“ ist gelöst
3. Der Umgang mit schwierigen SchülerInnen verbessert sich durch
 1. Stärkung von Selbstvertrauen, Selbstkompetenz, Ruhe finden
 2. Gewaltfreien Umgang miteinander
 3. Die Stärkung der Gemeinschaft
 4. Konsequenzen diskutieren & formulieren

1. Freude der Kinder am Schulbesuch verbessern, durch
 1. Angemessene Leistungserwartungen der Eltern an die Kinder
 2. Verbesserung des Leistungsselbstkonzepts der Kinder
2. Steigerung des Selbstwertgefühls der Kinder
3. Verbesserte Klassengemeinschaften
4. Verbesserte räumliche Strukturen
5. Raum & Zeit für die Entwicklung eines ExpertInnen-Netzwerks

1. Es gibt bessere soziale Beziehungen und ein stärkeres Gefühl von Sicherheit bei den SchülerInnen in Kooperation mit den Eltern
 1. Stärkung der Schwächeren
 2. Gewalt & Aggression sind eingedämmt
2. Hilfestellung bei Kindern mit speziellen Erziehungsbedürfnissen
3. bessere Selbsteinschätzung, Selbstwertgefühl
4. Teamkultur weiter stärken
5. Weiterentwicklung der Interreligiösität

Damit Gesundheit der einfachere Weg ist.



Herbst 2009

Installierung der psychologischen Beratung vor Ort



VS Triester: Dienstag 7:30 – 11:30

VS Geidorf: Mittwoch 7:30 – 11:30

VS St. Veit: Donnerstag: 7:00 – 11:00



Damit Gesundheit der einfachere Weg ist.

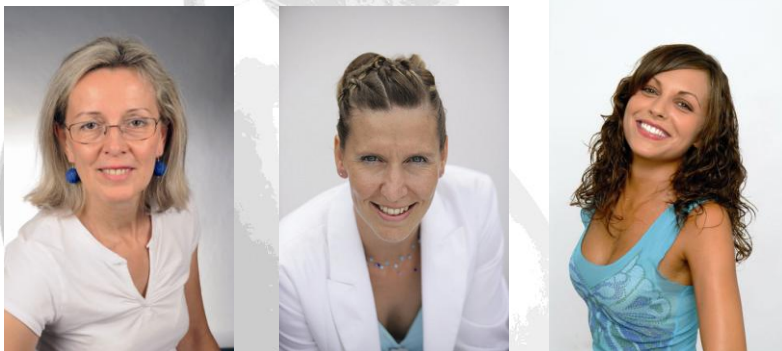


Planungsworkshops zu den Jahresschwerpunkten

- ReferentInnen kennen lernen
- Erwartungen und Ziele klären
- Termine organisieren



- „Auf das Gute schauen“ und „1x1 des Streitens“ am 19. Oktober 2009, VS Graz-St. Veit
- „Lernen in Resonanz“ und „So ein Theater“ am 22. Oktober 2009, VS Geidorf
- „Es war eh nur Spass“ und „So ein Theater“ am 5. November 2009, VS Triester



Damit Gesundheit der einfachere Weg ist.



Module zu den Jahresschwerpunkten



Verschiedene Workshops werden an den Schulen umgesetzt: November 2009 bis Juni 2010



infach



Interventionen durch die Psychologinnen vor Ort

- Beratungsgespräche mit SchulleiterInnen, LehrerInnen, Eltern, SchülerInnen (z.B. Probleme mit MitschülerInnen, Schulängste, Leistungsdruck, Informationsvermittlung zu weiteren Unterstützungsstrukturen, Reflexion bzw. Supervision mit LehrerInnen)
- Einzel- bzw. Gruppenintervention mit SchülerInnen, LehrerInnen, Eltern (z.B. Selbstbild zur Selbstwertstärkung bzw. Stärkung der Gemeinschaft, lösungsorientierte Interventionen, z.B. Ich schaff` s – Poster, Konfliktmanagement)
- Vernetzungsgespräche bzw. Austausch mit BeratungslehrerInnen, SchulpsychologInnen, SozialarbeiterInnen, ErziehungshelferInnen
- Informationen über externe Unterstützungssysteme aufbereiten
- Klassenbeobachtungen bzw. Pausenbeobachtungen & anschließende Reflexion
- Diagnostik (immer in Absprache mit dem/der zuständigen Schulpsychologen/Schulpsychologin)

Damit Gesundheit der einfachere Weg ist.



SCHUPS-LOGO & SCHUPS-LIED

Zur Überraschung gab es bei der Prämierung ein eigens konzipiertes SCHUPS-Lied. Gewinnerin des Malwettbewerbs war Jana de Zwart von der VS St. Veit.



Damit Gesundheit der einfachere Weg ist.

SCHUPS IST MEHR

(Text: Susanna Ternival, VS Graz-St. Veit)
(Nach: „Schule ist mehr“ von Helke Schröder und Rolf Zukowski)

SCHUPS, das ist mehr als nur ein Name!
SCHUPS, das ist mehr als ein Projekt!
SCHUPS hilft uns allen zu entdecken,
was tief in jedem von uns steckt!

Ref.: SCHUPS ist so wunderbar,
denn es macht uns so vieles klar!
SCHUPS ist so – komm, mach doch mit!
SCHUPS ist für uns einfach ein Hit!

SCHUPS ist so wunderbar,
denn es macht uns so vieles klar!
SCHUPS ist so – komm, mach doch mit!
SCHUPS ist für uns einfach ein Hit!

SCHUPS hilft uns andre zu verstehen!
SCHUPS gibt uns Kraft und macht uns Mut!
SCHUPS hilft, den Weg gemeinsam zu gehen!
SCHUPS, ja das tut uns allen gut!

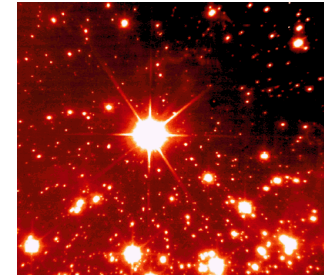
Ref.: SCHUPS ist so wunderbar,
denn es macht uns so vieles klar!
SCHUPS ist so – komm, mach doch mit!
SCHUPS ist für uns einfach ein Hit!

SCHUPS ist so wunderbar,
denn es macht uns so vieles klar!
SCHUPS ist so – komm, mach doch mit!
SCHUPS ist für uns einfach ein Hit!



Reflexion des ersten Projektjahres am 31. Mai 2010

- Erreichtes wahrnehmbar machen
- Ergebnisse des vergangenen Schuljahres sichern
- Zusammenarbeit weiterentwickeln
- Auf das nächste Schuljahr blicken



Damit Gesundheit der einfachere Weg ist.



Nachhaltigkeit – Was soll bleiben?

- Gesundheitsfördernde Strukturen in der Schule -> Schulentwicklung
 - Unterrichtsentwicklung, Personalentwicklung, Know-How über Unterstützungsangebote, Stärkung positiver Beziehungen....
- Unterrichtsentwicklung
- LehrerInnen-Fortbildungen
 - Workshops mit SchülerInnen
 - Explizite Fortbildungen
 - Schulentwicklung
- Mitgliedschaft im Netzwerk Gesunder Volksschulen von Styria vitalis -> Weiterarbeit am Thema Gesundheit/Vernetzung mit anderen Schulen

Damit Gesundheit der einfachere Weg ist.



Resümee zum Projektstart

- Jahresschwerpunkte sind gesetzt & Interventionen umgesetzt und werden als Bereicherung wahrgenommen
 - Das psychologische Angebot wird genutzt und ständig ausgebaut
 - Kooperation zwischen Unterstützungsverein Schulpsychologie und Styria vitalis stellt eine gegenseitige Bereicherung dar
-
- Planungs- und Reflexionsworkshops stoßen immer wieder auf Widerstand
 - Nicht alle Handlungsfelder sind auch durch das Projekt beeinflussbar
 - Ziele & Interventionen passen nicht immer optimal zusammen und beziehen sich stark auf die SchülerInnen

Damit Gesundheit der einfachere Weg ist.

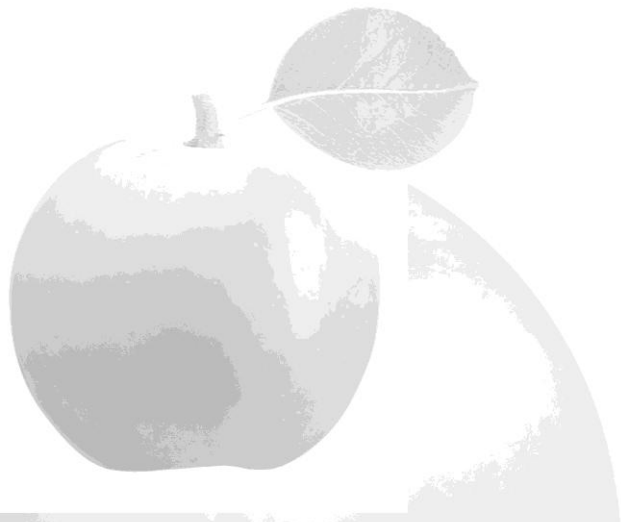


Gesundheit ist kein
Zustand,
sondern ein Weg, den
man sich erschließt in
dem man ihn gangbar
macht.



Danke für Ihre
Aufmerksamkeit!

Ulrike Bredt & Doris Kuhness



Damit Gesundheit der einfachere Weg ist.

