

«gesund und zwäg» – für Lehrpersonen

«gesund und zwäg i de schuel». Die Kreisschule Homberg ist eine typische Aargauer Schule mit interessierten Schülerinnen und Schülern, engagierten Lehrpersonen und organisierter Schulleitung. Sie hat den Schritt gewagt, die Lehrpersonengesundheit in ihr Weiterbildungskonzept zu integrieren und hat sich auf diese Weise für ihr Kollegium stark gemacht.

Lehrpersonen sind heute mit vielen Herausforderungen konfrontiert: verdichtete Arbeitsmenge, wenige Pausen, hoher Administrationsaufwand und mehr. Trotz dieser Belastungen berichten 87 Prozent der Schweizer Lehrpersonen über Freude an ihrem Beruf. 20 Prozent der Befragten fühlen sich allerdings ständig überfordert (Kunz et. al, 2014).

Gesundheit in die Weiterbildung eingebettet

Als die Qualitätsmanagement-Gruppe der Kreisschule Homberg den Auftrag erhielt, ein Weiterbildungskonzept zu erstellen, schlug Corinne Pfister, Mitglied der QM-Gruppe und Beauftragte für «gesund und zwäg i de schuel» vor, anstatt «lauter voneinander losgelöste Projekte zu haben, Qualitätsmanagement und Gesundheitsförderung miteinander zu verschmelzen.» Die Gesundheit der Lehrpersonen wurde in die Weiterbildungsstrategie eingebettet. Daraufhin wurden Fortbildungen mit dem Fokus «Gesundheit Lehrpersonen» geplant und durchgeführt.

Gesunde Lehrpersonen: Ausgangslage für gute, gesunde Schulen

Voraussetzung für gute, gesunde Schulen bilden gesunde Lehrpersonen. Durch betriebliches Gesundheitsmanagement (BGM) können gesunde Verhältnisse auf der Organisationsebene geschaffen werden, die sich positiv auf das Klima, die Zusammenarbeit und die Gesundheit auswirken. Zudem werden Lehrpersonen dafür sensibilisiert, durch eine Balance zwischen Verausgabung und Erholung, sich und ihrer Gesundheit Sorge zu tragen. In Reinach/Gontenschwil ist BGM im Gange. Ende 2014 haben alle Lehrperso-



Weiterbildung an der Kreisschule Homberg: Das Unterrichtsteam «Biologie» experimentiert.
Foto: Corinne Pfister.

nen der Kreisschule an einem Workshop zum Thema «Stressmanagement» teilgenommen, das vom kantonalen Programm «Forum BGM Aargau» angeboten wurde (www.bgm-ag.ch). Als Schule im Kantonalen Netzwerk Gesundheitsfördernder Schulen (KNGS) konnte die Kreisschule Homberg diesen Workshop kostenlos beziehen. In einem zweiten Schritt wurde ein halbes Jahr später die Referentin Maja Storch zum Thema «Mañana Kompetenz» engagiert.

Der Weg ist das Ziel

Betriebliche Gesundheitsförderung ist ein Prozess, der nie abgeschlossen ist. Kommunikation, Wertschätzung, Arbeitsklima und -kultur sind Themen, die eine Schule konstant im Auge behalten muss. Corinne Pfister erkennt bereits positive Entwicklungen an der Kreisschule Homberg. «Es entsteht an der Bezirksschule endlich ein neues Lehrerzimmer, wo auch eine Entspannungsecke eingeplant ist. Mittags wird mit Lehrervolleyball eine kleine Auszeit angeboten. Auch der für die Gesundheit sehr wichtige gesellige Austausch wird gepflegt; etwa mit dem halbjährlichen Lehrerkochen zu verschiedenen Kulturen und das gemeinsame

Weihnachtsguetzle.» Um weiter den Weg einer «gsunden und zwägen» Schule zu gehen, ruht sich die Schule auf diesen Lorbeeren nicht aus. Die Runde 3 der Weiterbildung mit individuellen Workshops zum Thema Entspannungstypen ist bereits in Planung.

Gisèle Pinck, Projektleiterin
«gesund und zwäg i de schuel»

Workshops

Das kantonale Programm «gesund und zwäg i de schuel» und das Institut für Arbeitsmedizin bieten in Zusammenarbeit folgende Workshops im Herbst an:

7. September: «Führung und Gesundheit» für Schulleitungen, 28. September: «Betriebliche Gesundheitsförderung» für Gesundheitsbeauftragte/für Gesundheitsförderung zuständige Lehrpersonen. Programm und Anmeldung folgen auf www.gesundeschule-ag.ch. Schulen des KNGS AG können kostenlos teilnehmen.