

# «Wir sind unterwegs»

Gesundheit und Wohlbefinden des Schulpersonals sind grundlegend für eine wirksame Bildungsarbeit. Doch wie gelingt's? Wir zeigen, wie eine Zürcher Schule auf das Angebot «Schule handelt» setzt.

Text: Nina Hodel



Schulleiterin Karin Zollinger im Gespräch mit Kim Bärtschi und Angie Kaufmann (v.l.n.r.)

**K**omplexe Stunden- und Förderpläne, ein hoher Koordinationsaufwand und kurzfristige Absenzen – der Arbeitsalltag an der Schule für Kinder und Jugendliche mit Körper- und Mehrfachbehinderungen (SKB) ist für die rund 130 Angestellten in vielerlei Hinsicht herausfordernd. «Manchmal gar überfordernd», berichtet Karin Zollinger, Schulleiterin der SKB. «Belastungen waren bei uns ein grosses Thema, wie verschiedene Mitarbeitendenbefragungen immer wieder zeigten. Daher entschlossen wir uns, dem mit «Schule handelt» auf den Grund zu gehen.»

## Sieben Schritte zur gesunden Schule

«Schule handelt» ist ein praxiserprobter, evaluierter und ganzheitlicher Entwicklungsprozess, der die Gesundheit aller schulischen Mitarbeitenden stärkt. Schulen ermitteln mithilfe einer Online-Befragung die Ressourcen, Belastungen und das allgemeine Wohlbefinden auf Schul- und Team-Ebene. Aufbauend darauf analysieren Schulleitung und Team gemeinsam das Entwicklungspotenzial, definieren Handlungsfelder, leiten massgeschneiderte Massnahmen ab und verankern sie strukturell. So wird ein gesundheitsförderndes Umfeld für alle Mitarbeitenden geschaffen. Die sieben Projektschritte (siehe Grafik) orientieren sich dabei am BGM-Wirkungsmodell von Gesundheitsförderung Schweiz.

«Das Projekt war Teil des Schulentwicklungsprogramms und auf drei Jahre angelegt. Coronabedingt sind daraus 3,5 Jahre geworden. Wir haben es im Sommer 2021 abgeschlossen», erzählt Karin Zollinger. Die SKB startete mit einer intensiven Vorbereitungsphase seitens Schulleitungsteam ins Gesamtprojekt, während der die zu behandelnden Themen definiert wurden. Danach gab es eine Vernehmlassung im gesamten Schulteam. Schliesslich wurde die Arbeitsgruppe «Gesundheit der Mitarbeitenden» gebildet. Die AG traf sich regelmässig für Sitzungen und trieb das Projekt voran. An Q-Tagen (Schulentwicklungstagen) wurde punktuell auch das gesamte Schulteam miteinbezogen. «So erarbeiteten wir erst Ziele und Indi-

katoren und entwickelten danach verschiedene Massnahmen, um die gesteckten Ziele zu erreichen. Aktuell stecken wir mitten in der Umsetzung», berichtet die Schulleiterin.

Begleitet wurde die SKB dabei von einer externen Beraterin. Diese Begleitung ist Teil von «Schule handelt». Gleich zu Beginn wird festgelegt, in welchem Umfang die Schule von der externen Person gecoacht wird. Meist gibt es Schlüsselmomente, bei denen die Moderation äusserst gewinnbringend ist: «Unsere Beraterin war für den Prozess unverzichtbar. Allein die Fülle an verschiedenen Belastungen im Arbeitsalltag der Mitarbeitenden, die sich aus der Befragung ergab, war riesig», erzählt Karin Zollinger. «Sie half uns dabei, Prioritäten zu setzen, die Komplexität zu reduzieren und – das war für den Projektverlauf sehr gewinnbringend – den Fokus auf einen künftigen Zustand zu legen. Anstatt ständig von Belastungen zu sprechen, half sie uns, alles auf das Ziel «Gesundheit» auszurichten. Was hält uns gesund? Was stärkt uns? Das war ein wichtiger Moment auf unserem Weg.» Entscheidend war aber nicht nur die Prozessgestaltung, sondern auch die Haltung aller Beteiligten: Der Prozess verlangte von allen eine grosse Portion Offenheit und Veränderungsbereitschaft.

## Ein bewussteres Miteinander

Entstanden ist ein umfassender Massnahmenkatalog, der laufend aktualisiert wird: «Es ist immer wieder schön zu sehen, wie weit wir eigentlich schon sind! So haben wir beispielsweise einen Trostkoffer und Leitfaden entwickelt, der unseren Mitarbeitenden, Schülerinnen und Schülern hilft, mit Todesfällen in der Klasse besser umzugehen. Oder wir haben ein Dokument zur internen Kommunikation erstellt und Themenspeicher angelegt, in denen Ideen parkiert werden, die wir angehen wollen, aber gerade keine Kapazität dafür haben. Wir haben noch nicht alle Massnahmen umgesetzt, aber wir sind unterwegs. Viele der Massnahmen sind über die Projektzeit hinaus relevant und werden uns noch lange begleiten.»

Die umgesetzten Massnahmen sind auch im Alltag spürbar: «Es gab einige Umstrukturierungen im Tagesablauf,

welche für grosse Entlastung gesorgt haben», erzählt Kim Bärtschi, Ergotherapeutin und Mitglied der AG «Gesundheit der Mitarbeitenden». «Auch die «Chönntschno schnäll?»-Gespräche über den Gang, die ein Stressfaktor waren, haben deutlich abgenommen.» Klassenlehrerin und AG-Kollegin Angie Kaufmann pflichtet ihr bei: «Es kam der Mut auf, alte Gewohnheiten über Bord zu werfen, darüber nachzudenken, wie man Dinge angeht und wie man's vielleicht auch einfacher machen könnte. Die grösste Veränderung, die ich feststelle, ist das grössere Bewusstsein für das Thema Gesundheit.»

Nun steht der SKB noch die Überprüfung der Wirkung der vielen getroffenen Massnahmen bevor: «Wichtig wäre, noch einmal eine Befragung der Mitarbeitenden zu machen, um zu sehen, ob die Gesamtsituation sich nur subjektiv oder tatsächlich für alle Mitarbeitenden verbessert hat. Eine solche könnte zum Beispiel im Rahmen der nächsten externen Schulevaluation geplant werden», schliesst Karin Zollinger.

## Schule handelt

Handeln Schulleitungen, Lehrpersonen und weitere Mitarbeitende einer Schule im Bewusstsein ihrer körperlichen und psychischen Gesundheit, beeinflussen sie das Schulklima und die Qualität des Unterrichts positiv. Noch bis Ende 2023 erhalten Schulen, welche das Angebot umsetzen, einen Förderbeitrag von Gesundheitsförderung Schweiz. «Schule handelt» wird von RADIX Gesunde Schulen im Auftrag von Gesundheitsförderung Schweiz und in Zusammenarbeit mit kantonalen Partnerinnen verbreitet. Interessierte Schulen können sich bei den Verantwortlichen im Kanton melden:

### Ansprechperson für Volksschulen

Pädagogische Hochschule Zürich  
Weiterbildung und Beratung  
Cathy Caviezel  
043 305 59 04  
cathy.caviezel@phzh.ch

### Ansprechperson für Sek II

Mittelschul- und Berufsbildungsamt  
Kanton Zürich  
Dagmar Müller  
043 259 78 49  
dagmar.mueller@mba.zh.ch

Alle Infos unter:

→ [schule-handelt.ch](https://schule-handelt.ch)

## Der Prozess von «Schule handelt»

