

Die psychische Gesundheit im Fokus des Schulnetz21

Gesundheit ist eine Voraussetzung für Wohlbefinden und Leistungsfähigkeit. Viele Schulen haben das erkannt und investieren in die Gesundheitsförderung. Dazu gehört auch die Unterstützung von psychisch belasteten Schülerinnen und Schülern. Die diesjährige Tagung des kantonalen Schulnetz21 für Zürcher Volksschulen ermutigte dazu, sich mit diesem Thema auseinanderzusetzen.

Text: Jacqueline Winter

Das kantonale Netzwerk gesundheitsfördernder und nachhaltiger Schulen unterstützt als Teil des schweizerischen Schulnetz21 die Zürcher Volksschulen in der Umsetzung von Gesundheitsförderung und Bildung für Nachhaltige Entwicklung (BNE). Jeweils einmal im Jahr treffen sich die Mitgliedschulen zu einer Tagung. Dieses Jahr war sie dem Thema «Psychische Gesundheit von Kindern und Jugendlichen» gewidmet. Sie vermittelte den Teilnehmenden Wissen über psychische Auffälligkeiten und Entwicklungsstörungen im Kindes- und Jugendalter und zeigte praktische Unterstützungsmöglichkeiten auf.

Veronika Mailänder Zelger, Oberärztin an der Klinik für Kinder- und Jugendpsychiatrie und Psychotherapie Zürich, sowie Kurt Albermann, Chefarzt Sozialpädiatrisches Zentrum am Kantonsspital Winterthur, zeigten in ihren Referaten anhand von aktuellen Forschungsergebnissen auf, wie es um die psychische Gesundheit von Kindern und Jugendlichen steht und wie die Schule sie in psychischen Krisen unterstützen können. Die Referierenden gaben Impulse, die später in den sieben Workshops in praktische Anwendungssituationen übertragen wurden – so etwa zu «Früherkennung von Mobbing», «Traumatisierte Kinder» oder «Kinder und Jugendliche aus Familien mit einem psychisch erkrankten Elternteil». Der rege Austausch in den Workshops brachte vielfältige Anregungen, wie man Schülerinnen und Schüler durch optimale Lernbedingungen, Beratungsangebote und Früherkennung konkret und effektiv unterstützen kann.

Schulinterne Kontaktpersonen als Schlüsselrolle

«Lehrpersonen können einen wichtigen Beitrag für die psychische Gesundheit von Kindern und Jugendlichen leisten, indem sie aufmerksam sind, ihre eigenen Grenzen anerkennen, Beratung in Anspruch nehmen und Begleitung anbieten», zog Veronika Mailänder Zelger Fazit in ihrem Referat. Theres Bauer, Dozentin an der PH Zürich, umschrieb das Anliegen der Tagung wie folgt: «Wenn wir

über psychische Gesundheit sprechen, dann geht es auch darum, eine Sprache zu finden, um über psychische Erkrankungen zu reden, eigene Erfahrungen und Vorstellungen durch Wissen zu ergänzen und eine sensible Haltung in diesem Thema einzunehmen.»

Die Tagung des Schulnetz21 ist eines der Angebote, mit dem das Netzwerk die Mitgliedsschulen unterstützt, sich als gesunder und nachhaltiger Lern-, Arbeits- und Lebensort zu etablieren. Durch Weiterbildung, Erfahrungsaustausch und Beratung soll die eigene Kompetenz der Schulen gestärkt werden, um das Thema Gesundheit und Nachhaltigkeit erfolgreich in ihre Schulentwicklung und den Unterricht zu integrieren und nachhaltige Projekte umzusetzen.

Eine Schlüsselrolle spielen dabei die schulinternen «Kontaktpersonen für Gesundheitsförderung und BNE», die das Kollegium und die Schulleitung bei der langfristigen Konzeption und Umsetzung unterstützen. Kontaktpersonen der teilnehmenden Schulen stehen die regelmäßigen regionalen Austauschtreffen und eine jährliche Tagung offen. Hier erhalten sie einen Pool von Anregungen, Ideen und Impulsen, wie sich Massnahmen konzipieren lassen, die auf allen Ebenen des Schulalltags ganzheitlich wirksam werden und sinnvoll ineinander spielen.

Das Schulnetz21 ist 2017 auf nationaler Ebene aus dem Schweizerischen Netzwerk Gesundheitsfördernder Schulen entstanden und um das Thema BNE (Bildung für Nachhaltige Entwicklung) erweitert worden. Schweizweit sind 1 700 Schulen darin engagiert, kantonal in Zürich aktuell rund 80 Volksschulen. ✕

Gesundheitsförderung und BNE in der Schule

Alle Infos zum Schulnetz21 der Zürcher Volksschulen: schulnetz21-vszh.ch

Die nächste Weiterbildung zur «Kontaktperson für Gesundheitsförderung und BNE» startet im August 2019: phzh.ch/kontaktperson