

## **RESUMÉE der Masterthesis von Silke Krohne „Gesundheitsförderung in weiterführenden Schulen. Eine Teilevaluation des Programms fitundstarkplus 2 „Sokrates“. TH Köln 2015**

Die SchülerInnen, so hat es sich gezeigt, sind offen für das Gesundheitsförderungsprogramm „Sokrates“ und schätzen es. Sie profitieren von ihm sowohl bezogen auf Selbst- als auch auf Sozialkompetenz.

Sie schlagen für die Weiterentwicklung vor, das Programm sollte besonders interaktive und spielerische Elemente und auch Themen und Problemstellungen bereithalten, die ihnen außerhalb der Schule, vor allem in der Familie, begegnen, da bei ihnen ein Bedarf an unterstützenden Verhaltensweisen und Kompetenzen, z.B. Konfliktlösekompetenz, auch im privaten Bereich besteht. Aus Sicht der AdressatInnen, der SchülerInnen, ist es so, dass ein schulisches Gesundheitsförderungsprogramm anschaulich präsentiert werden und die Inhalte im praktischen Tun und im Austausch mit anderen angeeignet und geübt werden sollten.

Wichtig für das Gelingen eines schulischen Gesundheitsförderungsprogramms scheint zudem zu sein, und das nicht nur aus Sicht der Befragten, dass eine bestimmte Unterrichtsstunde für das Programm reserviert wird, das möglichst auch auf dem Stundenplan so benannt wird. Auf diese Weise wird eine Transparenz und eine Kontinuität gewährleistet, die sich wahrscheinlich positiv auf die Effektivität auswirkt.

Auch scheint die Haltung der Lehrkräfte zu dem Programm wichtig für die Akzeptanz bei den SchülerInnen und die Effektivität (aus ihrer Sicht) zu sein. Die Lehrkräfte sollten wissen und erfahren, dass ein Gesundheitsförderungsprogramm zu einer Verbesserung des Klassenklimas, der Lernhaltung und der Lernleistung der SchülerInnen beiträgt und auf diese Weise keine zusätzliche Belastung, sondern ein Gewinn auch für ihren Unterricht darstellt. Hierzu scheint es auch für sie wichtig zu sein, dass eine eigene Unterrichtsstunde für das Programm bereitgehalten wird, damit die Lehrkräfte genug Zeit für den Unterrichtsstoff ihres Fachs (meist Ethik oder Religion) haben und die Unterrichtszeit nicht teilen müssen. Die Programmdurchführung durch die (Klassen-)Lehrkräfte hat den Vorteil, dass die Beziehung und Bindung zu den SchülerInnen besonders der Klassen 5 gefestigt würde und auf diese Weise der kürzlich vollzogene Übergang von der Grundschule in die weiterführende Schule erleichtert würde.

Auch eine Programmdurchführung durch externe Kräfte wäre denkbar, z.B. in höheren Klassenstufen; dies hätte den Vorteil, dass sie die SchülerInnen nicht kennen und ihnen unvoreingenommen begegnen und da sie sie nicht bewerten/benoten, wären die SchülerInnen ihrerseits wahrscheinlich auch unvoreingenommener und offener dem Programm gegenüber. Außerschulische KooperationspartnerInnen in Sachen Gesundheitsförderung können für die Schulen und Lehrkräfte außerdem bereichernd und entlastend sein.

Außerdem sind weitere Rahmenbedingungen der Programmdurchführung für den nachhaltigen Erfolg wichtig. Dazu gehört, dass auch die Schulleitung von dem Gewinn durch das Gesundheitsförderungsprogramm überzeugt ist, und die Entwicklung der Schule – im Rahmen eines Schulentwicklungsprozesses - auf verschiedenen Ebenen zur einer gesundheitsfördernden Schule anregt und unterstützt. Dies impliziert eine Gesundheitsförderung für Lehrkräfte und andere in der Schule Tätige und die Umgestaltung von Räumen und zeitlichen Abläufen. In bereits erwähnten Studien zeigte sich, dass Gesundheitsförderungsprogramme, die ganzheitlich, kontinuierlich und nachhaltig angelegt sind, die besten Effekte, auch langfristig, erzielen.

Zu der nachhaltigen Wirkung trägt wesentlich auch eine kontinuierliche Durchführung des Programms, am besten von der ersten bis zur letzten Klasse (oder auch bis in die Berufs-

und Hochschulen) bei. Dabei sollten die Themen und die Art der Vermittlung dem Entwicklungsstand und den Entwicklungsaufgaben der jeweiligen Altersklassen angepasst sein. Denkbar wäre an dieser Stelle auch eine Etablierung eines eigenen Unterrichtsfachs, das gesundheitsförderliche Themen beinhaltet, so wie es schon das Schulfach „Glück“ an mehr als 100 Schulen (vgl. Dallwitz-Wegner 2016) gibt.

Ebenfalls scheint es für eine nachhaltige Wirksamkeit eines schulischen Gesundheitsförderungsprogramms wichtig zu sein, dass auch weitere Bezugspersonen der SchülerInnen integriert werden: Eltern sollten schriftliche und mündliche Informationen in ihrer jeweiligen Muttersprache erhalten, an Infotermine teilnehmen und sich mit anderen Eltern darüber austauschen können. Auch die Nachmittagsbetreuung und -förderung der Schule, falls vorhanden, sollte mit beteiligt werden und die Haltung und Themen des Schulvormittags weiterführen. Ebenfalls sollte es gesundheitsförderliche Angebote in Freizeiteinrichtungen und in der Kommune geben. Das ganze Lebensumfeld der SchülerInnen - und späteren Berufstätigen - sollte gesundheitsfördernd sein.

Schließlich bedarf es zur effektiven und nachhaltigen Wirkung eines Erlasses, der die schulische Gesundheitsförderung für alle Schulen verpflichtend macht. Hierzu gehört auch eine Integration dieses Themas in die Ausbildung aller Lehrkräfte.

In der empirischen Untersuchung zeigte sich, dass wahrscheinlich ein milieu- bzw. bildungsbezogener Unterschied in den Bedarfen der SchülerInnen bezüglich von Gesundheitsförderung besteht. Während beispielsweise die SchülerInnen des Gymnasiums das Gesundheitsförderungsprogramm zwar mögen, aber bis zum Zeitpunkt der Untersuchung keine Anwendungsmöglichkeit oder -notwendigkeit sahen, wurde im Gegensatz dazu an den vielfältigen Ideen der SchülerInnen der Brennpunktschule deutlich, dass sie einen großen Bedarf an Unterstützung und verbesserter Selbst- und Sozialkompetenzen haben, um mit den sie umgebenden Herausforderungen (z.B. Konflikten) umgehen zu können. Dieser Aspekt war nicht Teil der Fragestellung dieser Arbeit und könnte in einer weiteren Untersuchung überprüft werden.

Die Studie war ein Teil einer Prozessevaluation. Weitere Teile der Evaluation, die durchgeführt wurden und werden sind ergänzend zu betrachten und werden ein umfassenderes Bild von der Effektivität und Akzeptanz von „Fit und stark plus II - Sokrates“ liefern. Ebenfalls interessant werden Erkenntnisse aus wiederholten Gruppendiskussionen zum „Sokrates“-Programm zu einem späteren Zeitpunkt sein, zu dem zum einen weitere Inhalte - wie Ernährung, Bewegung und Suchtprävention - thematisiert worden sind und in die Befragung einfließen können und zum anderen die SchülerInnen mehr Erfahrung mit und Kenntnisse vom Programm erlangt haben. Auch dies bleibt einer weiteren Arbeit vorbehalten.

Abschließend lässt sich festhalten, dass schulische Gesundheitsförderung dazu beiträgt, gesundheitlicher und sozialer Ungleichheit entgegenzuwirken.

Und letztlich geht es um eine andere Kultur (in den Schulen), die die Lebenskompetenzen und die Persönlichkeit der Kinder und Jugendlichen fördern und das Wohlbefinden, die Leistungsfähigkeit und die Lebensfreude Aller steigern hilft.

***Gezeichnet Silke Krohne im Jahr 2016***