Zeitschrift: Bündner Schulblatt = Bollettino scolastico grigione = Fegl scolastic grischun

Herausgeber: Lehrpersonen Graubünden

Band: 67 (2005-2006)

Heft: 9: Salutogenese

Artikel: Gesundheitfördernde Schule - eine Studie und die Konsequenzen

Autor: [s.n.]

DOI: https://doi.org/10.5169/seals-357597

Nutzungsbedingungen

Die ETH-Bibliothek ist die Anbieterin der digitalisierten Zeitschriften auf E-Periodica. Sie besitzt keine Urheberrechte an den Zeitschriften und ist nicht verantwortlich für deren Inhalte. Die Rechte liegen in der Regel bei den Herausgebern beziehungsweise den externen Rechteinhabern. Das Veröffentlichen von Bildern in Print- und Online-Publikationen sowie auf Social Media-Kanälen oder Webseiten ist nur mit vorheriger Genehmigung der Rechteinhaber erlaubt. Mehr erfahren

Conditions d'utilisation

L'ETH Library est le fournisseur des revues numérisées. Elle ne détient aucun droit d'auteur sur les revues et n'est pas responsable de leur contenu. En règle générale, les droits sont détenus par les éditeurs ou les détenteurs de droits externes. La reproduction d'images dans des publications imprimées ou en ligne ainsi que sur des canaux de médias sociaux ou des sites web n'est autorisée qu'avec l'accord préalable des détenteurs des droits. En savoir plus

Terms of use

The ETH Library is the provider of the digitised journals. It does not own any copyrights to the journals and is not responsible for their content. The rights usually lie with the publishers or the external rights holders. Publishing images in print and online publications, as well as on social media channels or websites, is only permitted with the prior consent of the rights holders. Find out more

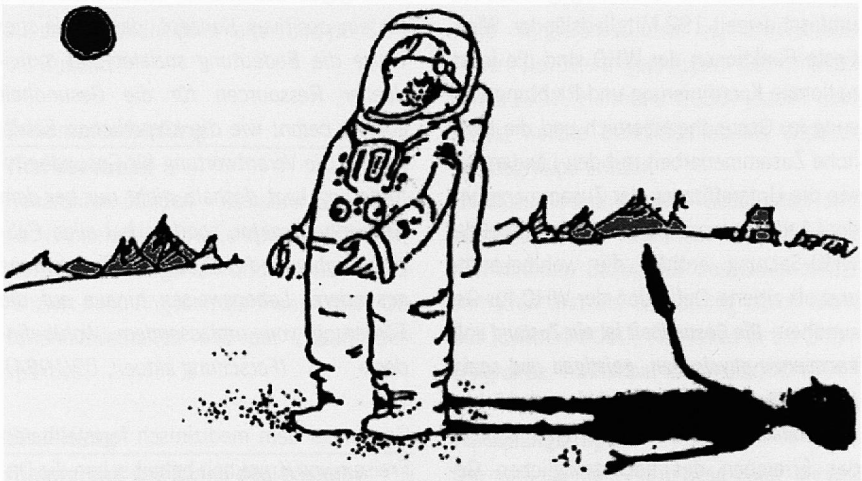
Download PDF: 15.07.2025

ETH-Bibliothek Zürich, E-Periodica, https://www.e-periodica.ch

Gesundheitsfördernde Schule – eine Studie und die Konsequenzen

Mark Niederdorfer

«Die gesundheitsfördernde Schule nutzt gezielt gesundheitswissenschaftlich fundierte Interventionen oder eigene entwickelte Programme zur Verbesserung ihrer Schul- und Bildungsqualität und zur Entfaltung und Förderung der Gesundheit und des Wohlbefindens aller an der Schule Beteiligten. Sie orientiert sich dabei an einem ganzheitlichen Gesundheitsbegriff und richtet ihre Arbeit nach den Prinzipien der Gesundheitsförderung gemäss Ottawa-Charta aus: Partizipation, Befähigung zum selbstbestimmten Handeln, Chancengleichheit, Ressourcenorientiertheit und Langfristigkeit.»



Substrat des Gesundseins ist nicht mehr der lebendige Organismus sondern die erlebende Person.

Gesundheit im Wandel der Zeit

Unter kaum einem anderen Begriff gibt es so viele verschiedene Erklärungen und Konzepte. Gesundheitsdefinitionen sind stark abhängig vom soziokulturellen Hintergrund. Im Zentrum der Definition steht der Mensch und die Krankheit. Interessant ist der Wandel der Erklärungen. Diese Erklärungen sind immer eng verknüpft mit dem Zeitgeist. Daher lassen sich auch die vielen Gesundheitskonzepte der jetzigen Zeit erklären. Der Wandel von der Industrie- zur Dienstleistungsgesellschaft verlangt auch andere Formen von Gesundheitspflege. Bei der Stressforschung und der Salutogenese wird der Erhalt von Gesundheit und der psychischen Ausgeglichenheit von der Bewältigung der Lebensaufgaben abhängen. Unter die neuen Formen von Krankheit fallen die meisten psychosomatischen Krankheiten. Und diese chronischen psychosomatischen Symptome bilden die Grundlage für spätere Krankheitsbilder wie Herzinfarkt, Hirnschlag, Krebs, und führen ergänzend auch zu erhöhtem Unfallrisiko.

Diese kleine Sammlung an Zitaten soll einfach verdeutlichen, dass es immer wieder Epochen und Philosophien gab, in welchem «Krank-Sein» natürlicher Bestandteil des Lebens war. Der Umgang und die Erklärungsmodelle sind vielfältig. Diese Auflistung ist nicht abschliessend zu sehen. Sie vermittelt nur einen Eindruck von der Vielfalt der Erklärungsmodelle.

«Der Kranke hat den Willen eines Gottes missachtet, einem Lebensprinzip nicht die nötige Beachtung geschenkt. Indem er sich mit diesen Themen auseinandersetzt und seine Lebensweise ändert, kann er sich weiterentwickeln, gesund werden. Über dem Eingang des Mysterientempels in Delphi stand denn auch: ERKENNE DICH SELBST. Krankheit wurde als etwas zum Leben Gehörendes und für die Entwicklung Notwendiges betrachtet» (Antikes Griechenland).

«Im Paradies war unbewusstes Sein ohne Entwicklungsmöglichkeit; der Drang zur Erkenntnis führte zu Bewusstsein, zur Möglichkeit der Unterscheidung, des individuellen gesonderten Seins und Veränderung, d. h. zum Leben und Sterben, Unvollkommensein, Kranksein. Die Ursache des Krankseins ist das In-die-Schöpfung-treten: die Ur-Sonderung (Ursünde). Krankheit, Leben und Tod sind die zwingenden Folgen der Bewusstwerdung.» (Bibel)

«Sie nahmen an, der Kranke sei von einem bösen Geist besessen. Also vertrieb der Schamane ‹Priesterheiler› den Dämon.» (Naturvölker)

«Der Hauptgrund der Heilung ist die Liebe.»

(Paracelsus)

«Gesundheit ist die Arbeits- und Erwerbsfähigkeit.» (Sozialversicherungsrecht)

«Gesundheit ist die subjektive Empfindung des Fehlens von körperlicher, seelischer und geistiger Störung bzw. Veränderung.» (Pschyrembel (1986) med. Wörterbuch).

«Gesundheit ist kein Zustand, sondern eine Verfasstheit, ist kein Ideal und nicht einmal ein Ziel. Gesundheit ist ein Weg, der sich bildet, indem man ihn geht.» (Schnipperges, «Medizinhistoriker», 1982)

«Ein gesundes Ökosystem hat Bewusstsein auf verschiedenen Ebenen, verändert die Aussenwelt und wird von ihr beeinflusst, entwickelt sich beständig weiter und schafft dabei Raum für neues Leben» (Biologie).

Jedes dieser Zitate spiegelt das Denken in einer bestimmten Epoche oder Lebensanschauung wider. Diese verschiedenen Ansichten fanden Eingang in die Systeme der Wissensvermittlung. Mit anderen Worten nicht nur der Inhalt, sondern auch die Form, das Gefäss muss adäquat dazu sein. Die Lehrpersonen an den öffentlichen Schulen entsprechen daher mit ihrem Handeln und Tun der jeweiligen Doktrin. Als Beispiel dafür sind die normierten Schulen in autoritären Systemen, oder die Schulen nach anthroposophischen Grundsätzen genannt.

Einfluss der WHO auf die Bildung

Die WHO wurde 1948 als internationale Fachorganisation für Gesundheit im Verband der Vereinten Nationen gegründet und umfasst derzeit 192 Mitgliedsländer. Wichtigste Funktionen der WHO sind die internationale Koordinierung und Richtungsweisung im Gesundheitsbereich und die fachliche Zusammenarbeit mit den Ländern sowie die Unterstützung der Zusammenarbeit der Länder untereinander. Die Präambel der WHO-Satzung enthält die wohlbekannte und oft zitierte Definition der WHO für Gesundheit: ***Die Gesundheit ist ein Zustand vollkommenen physischen, geistigen und sozialen Wohlbefindens und nicht bloss das Fehlen von Krankheit und Gebrechen.*** Hauptziel ist das Erreichen des höchstmöglichen Gesundheitsniveaus aller Völker.

Die erste internationale Konferenz zur Gesundheitsförderung hat am 21. November 1986 in Ottawa eine Charta verabschiedet, die heute als das zentrale Dokument der Gesundheitsförderung gilt. In Folge wird der deutsche Wortlaut in Auszügen wiedergegeben. *«Gesundheitsförderung zielt auf einen Prozess, allen Menschen ein höheres Mass an Selbstbestimmung über ihre Gesundheit zu ermöglichen und sie damit zur Stärkung ihrer Gesundheit zu befähigen. Um ein umfassendes körperliches, seelisches und soziales Wohlbefinden zu erlangen, ist es notwendig, dass sowohl einzelne als auch Gruppen ihre Bedürfnisse befriedigen, ihre Wünsche und Hoffnungen wahrnehmen und verwirklichen sowie ihre Umwelt meistern bzw. sie verändern können. In diesem Sinne ist die Gesundheit als ein wesentlicher Bestandteil des alltäglichen Lebens zu verstehen und nicht als vorrangiges Lebensziel. Gesundheit steht für ein positives Konzept, das in gleicher Weise die Bedeutung sozialer und individueller Ressourcen für die Gesundheit ebenso betont wie die körperlichen Fähigkeiten. Die Verantwortung für Gesundheitsförderung liegt deshalb nicht nur bei dem Gesundheitssektor, sondern bei allen Politikbereichen und zielt über die Entwicklung gesünderer Lebensweisen hinaus auf die Förderung von umfassendem Wohlbefinden.»* *(Forschung aktuell, 09/1994).*

Der Wechsel von der objektiven Bestimmung der Abwesenheit von Krankheit zu einer subjektiven Bestimmung von Gesundheit

Gegenüber dem medizinisch feststellbaren Freisein von Krankheit betont schon die Definition der WHO das subjektive Empfinden des einzelnen als entscheidendes Kriterium von Gesundheit. Damit wird das Gesundsein hervorgehoben. Gesundheit, so die gegenwärtige Auffassung, lässt sich letztlich nicht objektivieren, sie ist ein individuelles Phänomen, dass dem einzelnen nur im Gesundsein erfahrbar wird.

Die Person steht nicht für sich allein. Sie befindet sich in beständiger Interaktion mit ihrer materiellen und sozialen Umwelt, durch die sie ihr Überleben und ihre Selbstentfaltung zu sichern sucht. Deshalb ist Gesundheit immer im Lebenskontext der Person zu betrachten und zu bewerten. Gesund ist eine Person immer nur in Bezug auf ihre spezifischen Lebensumstände. Das Gesundsein einer Person bemisst sich nicht mehr allein an ihrem Wohlbefinden. Diese Sichtweise gibt ein zu statisches Bild von Gesundheit. Das Wohlbefinden ist vielmehr als Voraussetzung und Resultat eines aktiven Austauschprozesses zu verstehen, in dem die Person engagiert ist. Je nachdem wie es der Person gelingt, in der Auseinandersetzung mit den Anforderungen ihrer Um- und Mitwelt, auch die eigenen Bedürfnisse, Wünsche, Anliegen und Hoffnungen in befriedigender Weise zur Geltung zu bringen, ist sie mehr oder weniger gesund. Diese individuelle Balance, die sich im gelingenden Fall einstellen mag, ist wiederum nicht statisch und von Dauer, sondern muss von der Person in jedem Moment ihres Lebens wieder neu hergestellt werden. Gesundsein ist deshalb kein fernes Ziel, sondern eine andauernde aktive Leistung des Individuums, in der sie versucht, verschiedene Anforderungen miteinander in Einklang zu bringen. Mit der globalen WHO-Strategie «Gesundheit für alle» wird ein Grad an Gesundheit angestrebt, der es allen Menschen ermöglicht, ein sozial und wirtschaftlich produktives Leben zu führen. Gesundheit wird als ein wesentlicher Bestandteil der menschlichen Entwicklung wahrgenommen. Diese Erkenntnisse haben direkten Einfluss auf den Schulalltag. Die Schule wird immer mehr als System gesehen, in welchem ein Klima geschaffen wird, in dem gesundheitsfördernde Projekte Eingang finden und ressourcenorientiertes Lernen zum Alltag gehört. Die Gesundheitsfördernde Schule stellt Gesundheitserziehung und Gesundheitsbildung in einen neuen Rahmen. Gesundheitsförderung will nicht nur eine Veränderung des Verhaltens der einzelnen, sondern ebenso eine Veränderung der Verhältnisse bewirken. Sie geht von den konkreten Gegebenheiten und von den spezifischen Problemen und Anliegen der einzelnen Schule aus. Die Gesundheitsfördernde Schule misst sich nicht in Zahlen und Fakten wie an der Anzahl der übergewichtigen Kinder, dem Ausmass des Stresses bei den Lehrpersonen oder der Höhe des Aufwandes für Zahnprophylaxe. Die Gesundheitsfördernde Schule will ein Ort sein, wo Gesundheit gefördert wird, wo Wärme und Vertrautheit vermittelt und erlebt werden, wo Begegnungen verschiedener Kulturen und Generationen möglich sind, wo Eigenaktivität zugelassen ist und wo sich alle Beteiligten wohl fühlen können. Die Lehrpersonen stehen wohl im Zentrum, wenn es um die Umsetzung vor Ort geht. Die Gesellschaft hat ein echtes Interesse, dass Kindern und Jugendlichen dieses Wissen zukommt. Eine gute und gesunde Schule nimmt auch die Gesundheit der Lehrpersonen als Herausforderung wahr und ergreift entsprechende Massnahmen auf verschiedenen Ebenen. Damit kann nicht nur der Arbeitsüberforderung, der Arbeitunzufriedenheit, der Depressivität und den somatischen Beschwerden vorgebeugt werden, sondern die präventiven Bemühungen tragen auch zu einem guten Schulklima und damit zur guten und gesunden Schule bei. Oder anders ausgedrückt: An Schulen, an denen «Gesundheitsförderung» gelebt wird, profitieren die Kinder und die Lehrpersonen gleichermassen.