

Schule handelt

Stressprävention am Arbeitsplatz

Ein Angebot zur Stärkung der
Gesundheit von Lehrpersonen,
Schulleitungen und weiteren
Mitarbeitenden

Thementagung
Kanton Thurgau

17. Januar 2024
Kreuzlingen

Nationale Koordination:



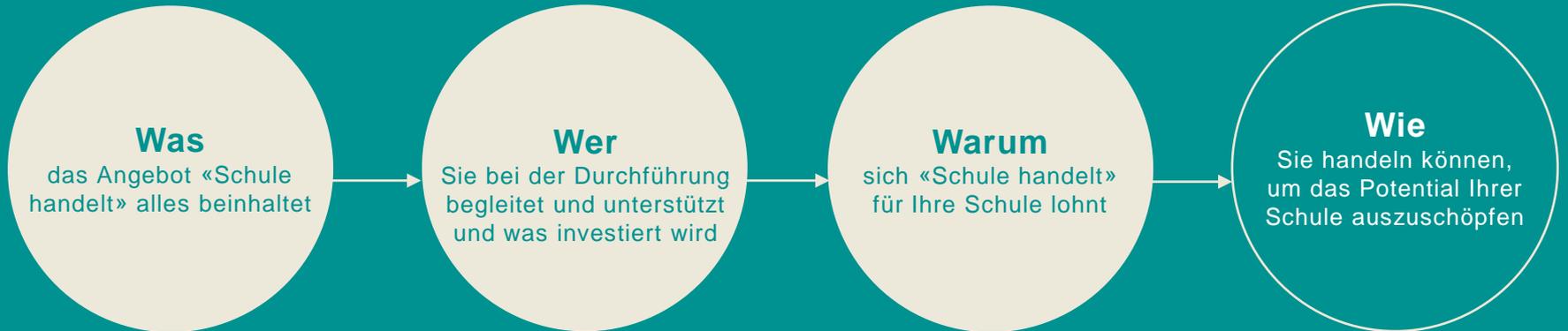
Im Auftrag von:



Gesundheitsförderung Schweiz
Promotion Santé Suisse
Promozione Salute Svizzera

Inhalt

Wir erläutern zusammen...



Austausch

zu zweit oder dritt...

**Ist Gesundheits-
förderung des
Schulpersonals
Luxus?**

Wirkungs- zusammenhänge

Gesundheit und Wohlbefinden
von Lehrpersonen, Schulleitungen
und weiteren Mitarbeitenden
einer Schule **sind kein Luxus.**

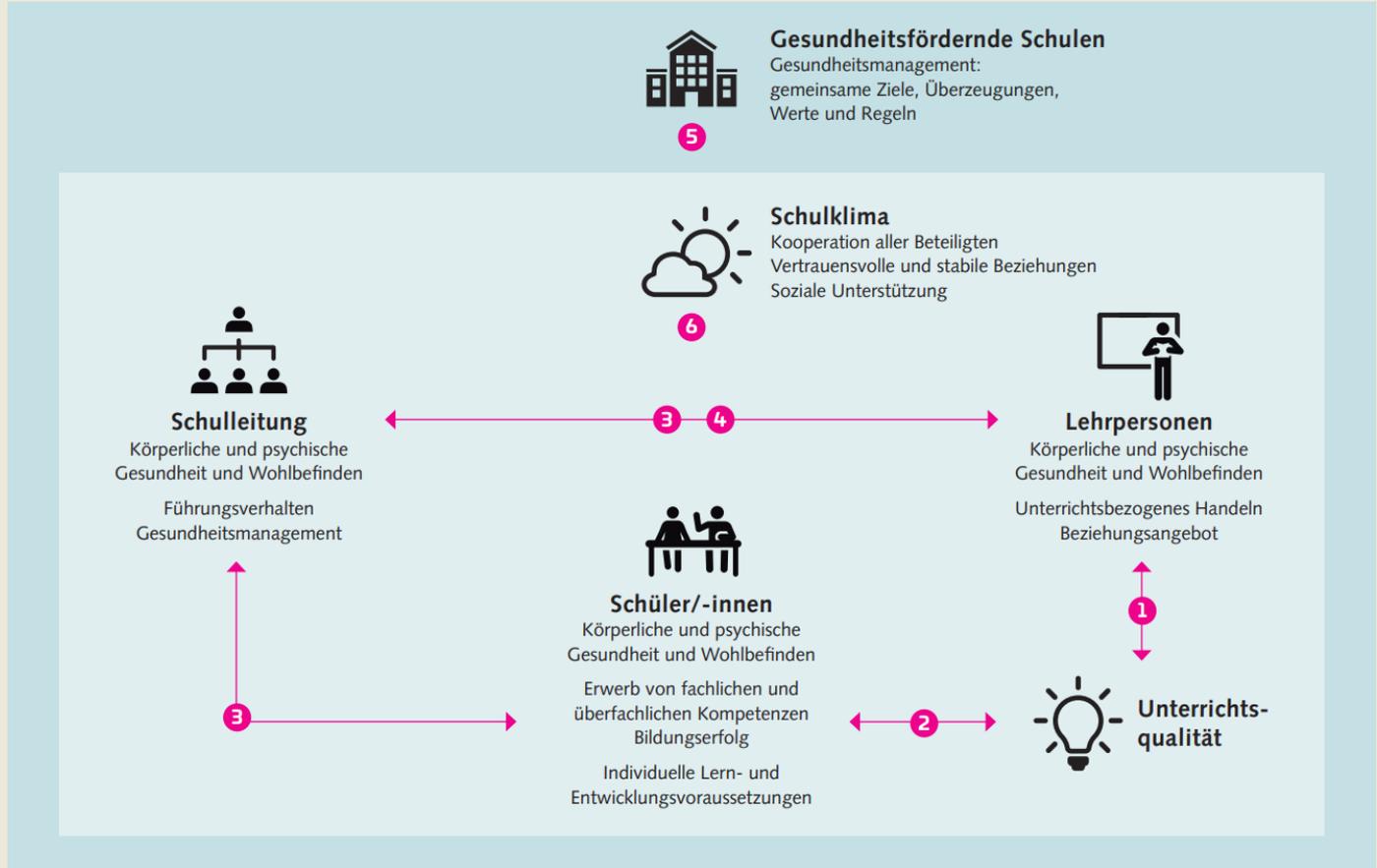


Sie sind **essenziell** für
eine **wirksame Bildungsarbeit.**

Gesundheit

stärkt

Bildung



Was...

beinhaltet das Angebot
«Schule handelt»?

→ Kurzfilm

Kurzfilm verfügbar unter: schule-handelt.ch oder [RADIX-Youtube-Kanal](#):



Wir halten fest:

«Schule handelt» ist ein **Präventionsprogramm** und eine Möglichkeit, **betriebliche Gesundheitsförderung** systematisch und partizipativ in der Schule **zu etablieren**.



«Schule handelt» bietet



Standortbestimmung zu Ressourcen & Belastungen
via Online-Befragung



Ergebnisse auf Team-/Schulebene
(mind. 10 Antworten pro Gruppe nötig)



Diskussionsgrundlage für Priorisierung von
Handlungsfeldern und Ableitung Massnahmen



Partizipation der Mitarbeitenden
(auch Nicht-unterrichtende)



Beratung/Begleitung durch externe Beratungsperson



Praxiserprobtes, evaluiertes Angebot



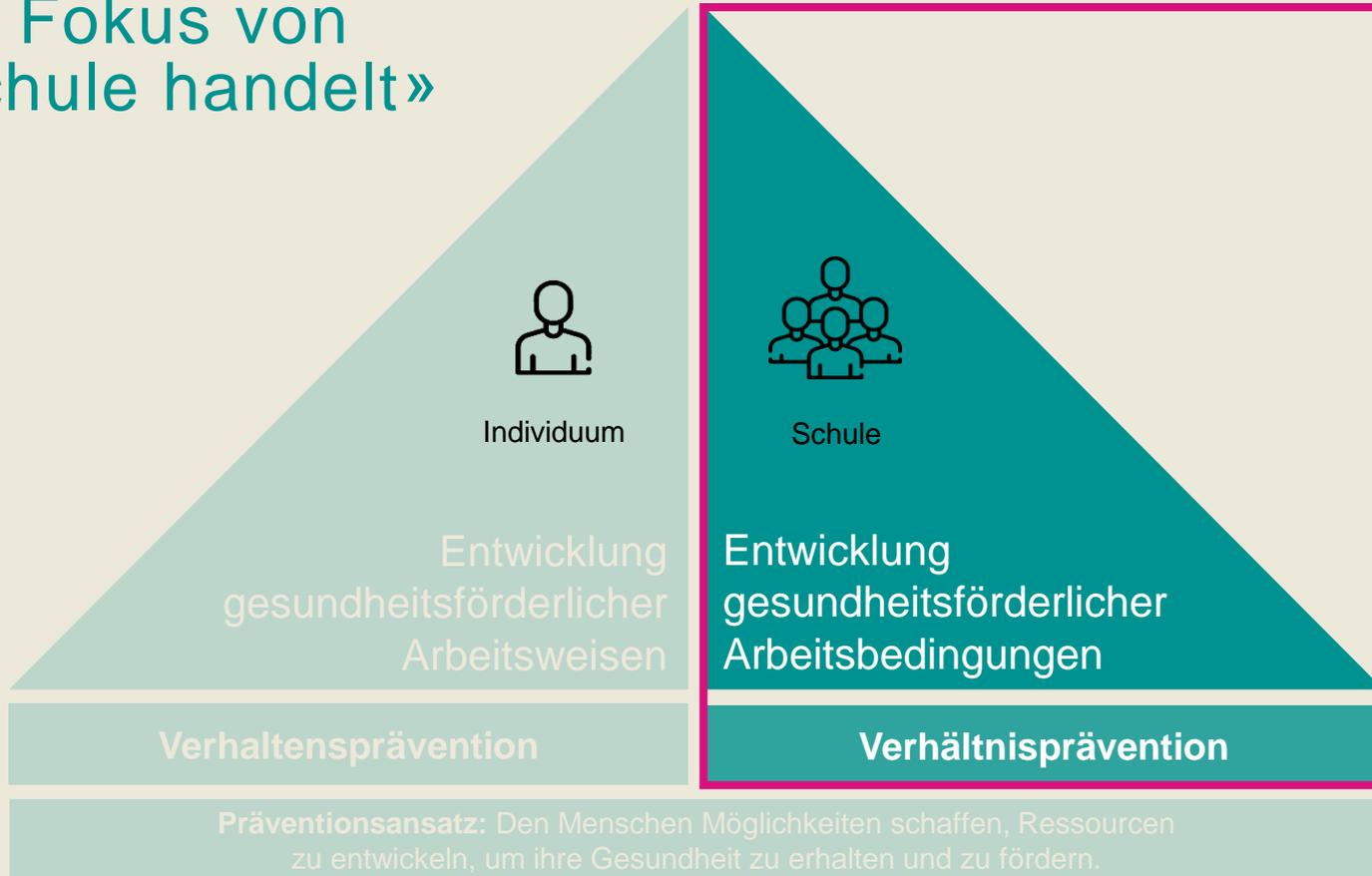
Unmittelbares, anonymes Feedback für
Befragungs-Teilnehmende



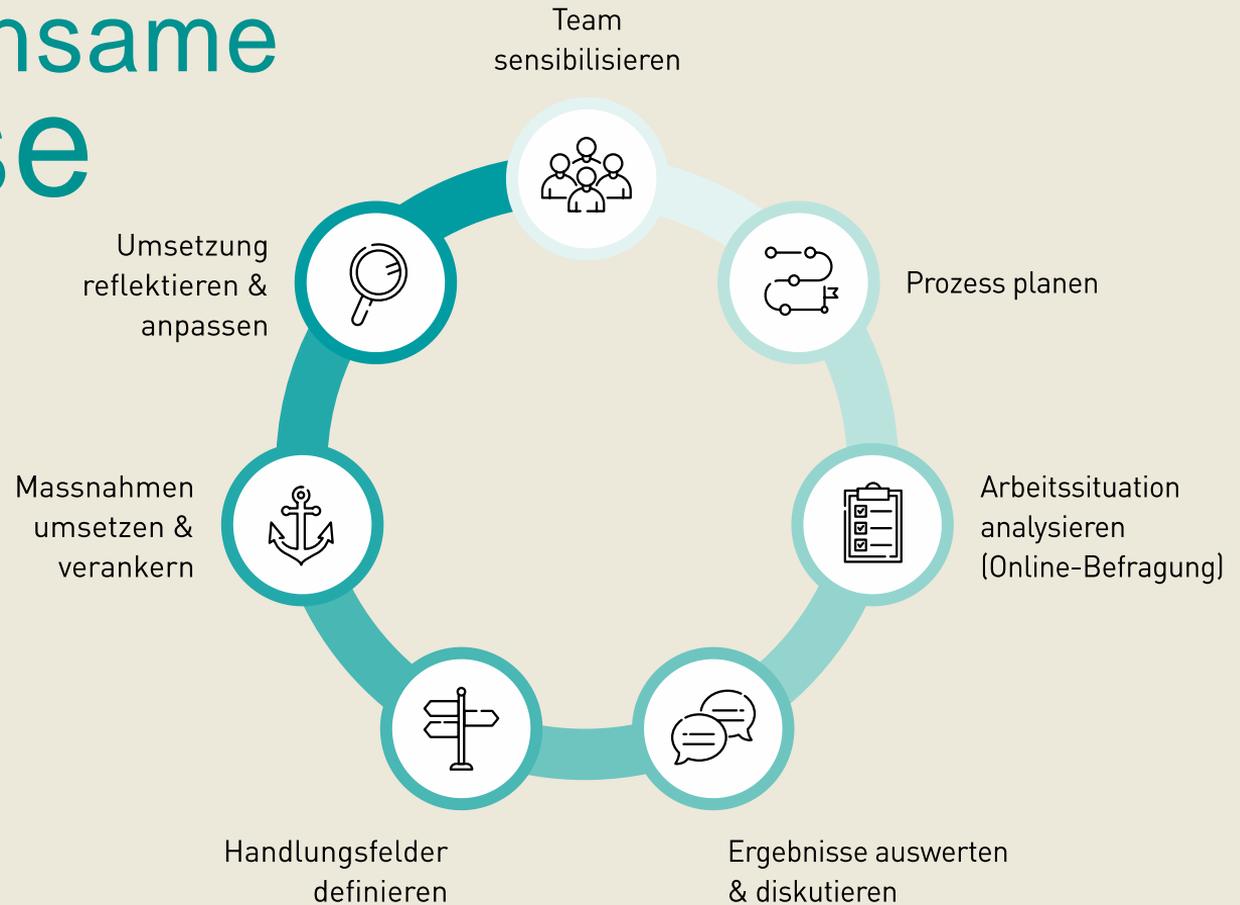
Anwendbar für Schulen aller Stufen - öffentlich wie
privat



Der Fokus von «Schule handelt»



Eine gemeinsame Lernreise



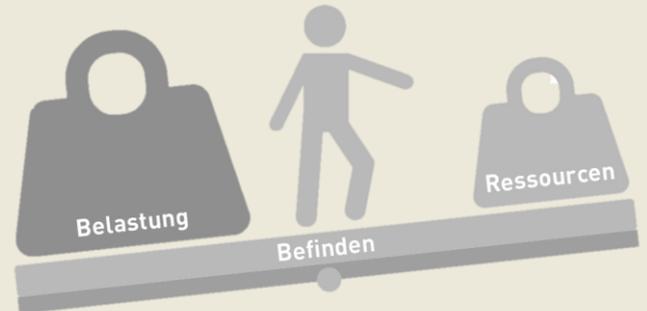
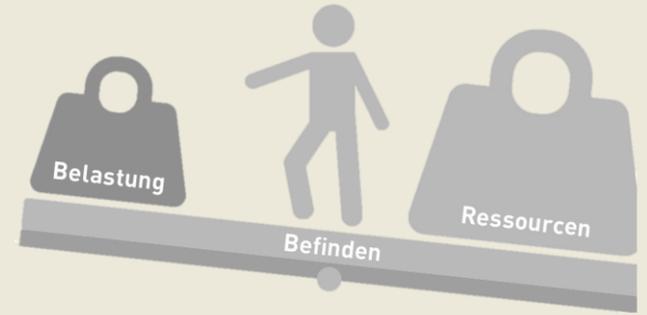
Erfolgsfaktoren

Für Umsetzungen in Schulen

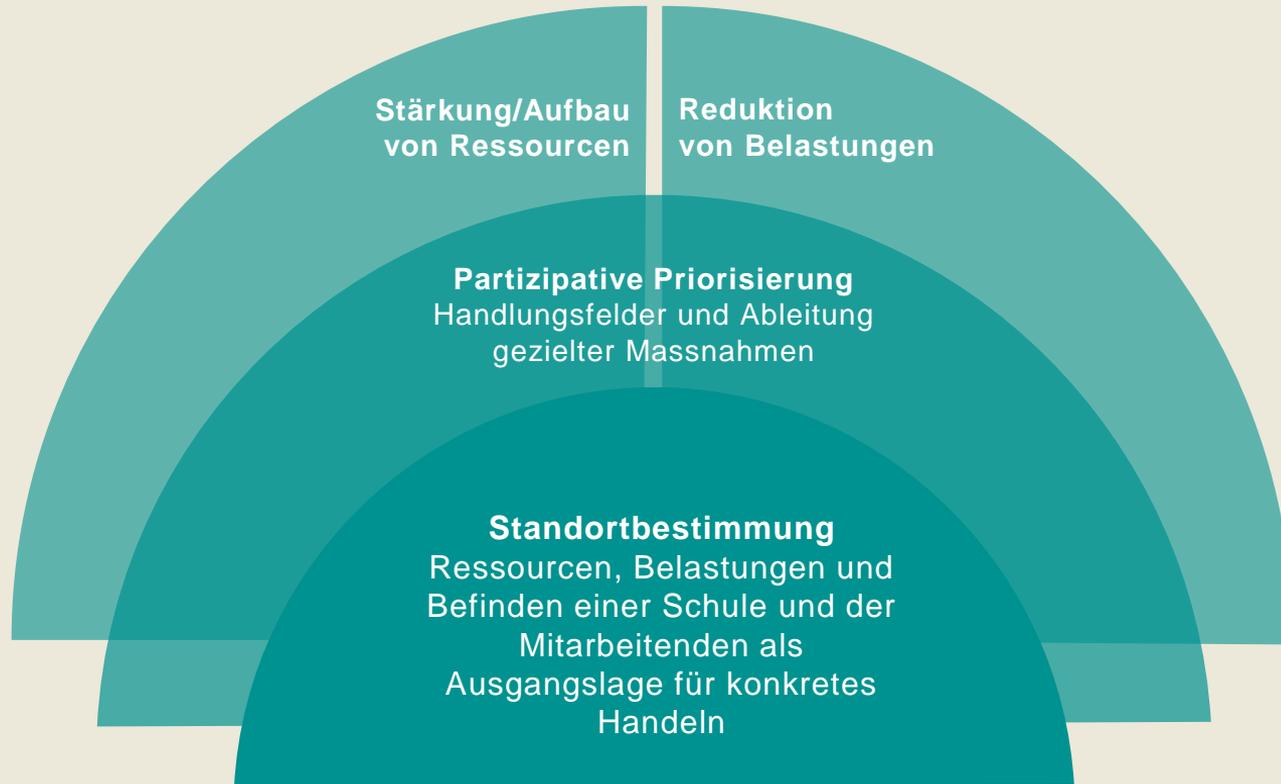
- Maturität und genügend Vorlaufzeit in Schulen
- Commitment/Integration von Entscheidungsträgern (SL, Steuer-/Arbeitsgruppen, Behörden, weitere Schlüsselpersonen)
- Gute Rollenklärung und Passung zwischen Schulleitung/Schule und Beratungsperson (Projektverantwortung liegt bei der Schulleitung/Schule)
- Partizipation der Mitarbeitenden bei der Vorbereitung (Wissensaufbau/ Entscheidungsfindung) sowie bei Bearbeitung/Interpretation der Befragungs-Ergebnisse und Massnahmenableitung
- Genügend (zeitliche) Ressourcen für den gesamten Prozess inkl. Abschluss und Verankerung einplanen
- Prozess unterstützend in aktuelle Herausforderungen und laufende Projekte/bestehende Schulaktivitäten integrieren
- Transparente Kommunikation während dem ganzen Prozess
- Obligatorische Prozessbegleitung der Schulleitung/Schule durch externe Beratungsperson
- Abgeleitete Massnahmen wo möglich in bestehende Gefässe/Strukturen integrieren
- Prävention, nicht Krisenintervention

Wo «Schule handelt» ansetzt

Gesundheit ist das ständige Bemühen um ein **Gleichgewicht** zwischen **Belastungen** und **Ressourcen**.



Wo «Schule handelt» ansetzt



Analysiert wird mit der Online-Befragung
von Gesundheitsförderung Schweiz: Job-Stress-Analyse (JSA)

→ www.fws-jobstressanalysis.ch



JOB-STRESS-ANALYSIS



Ergebnisse auf
individueller Ebene
(Person)

Privat!



Ergebnisse auf
organisationaler Ebene
(Schule)

Schule handelt !

Analysiert wird mit der Online-Befragung von Gesundheitsförderung Schweiz: Job-Stress-Analysis (JSA)

→ **Module JSA**

Basis 31 Skalen (19 fix)	Schule 13 Skalen (frei wählbar)	Vertiefung 5 Themen und 19 Skalen (frei wählbar)	Optionen
Zeitdruck	Unterstützung durch die Eltern	Zusammenarbeit mit Kunden	Filterfragen
Beeinträchtigung Arbeit- Privatleben	Störungen im Unterricht	Fairness & Wertschätzung	Eigene Fragen
Handlungsspielraum	Zusammenarbeit im Team	Burnout	Demografische Fragen
Arbeitsunterbrechungen	Arbeitsorganisation	Lifedomaine Balance	
und 27 weitere Skalen	und 9 weitere Skalen	Umgang mit Stress	

Die Online-Befragung JSA bietet...

→ **zusammenfassend**

Für die Schule

- Differenzierte Gruppen-Ergebnisse per Ampelsystem ab 10 Teilnehmenden
- Schulspezifische Befragung mit Adaptionmöglichkeiten für verschieden Schulstufen
- Vergleichbarkeit durch nationalen Benchmark (wissenschaftlich validiert)
- Filter für Nicht-Unterrichtende (Ausblendung unterrichtsspezifischer Fragen)
- Ergebnisse online einsehbar und abrufbar (sowie als PDF)
- Ausgangslage für Priorisierung von Handlungsfeldern und Ableitung von Massnahmen

Für die Befragungsteilnehmer:innen

- Persönliche und absolut vertrauliche Ergebnisse
- Tipps zu persönlichen Ergebnisse
- Anlaufstelle bei Fragen zu Ergebnissen

Wer...

unterstützt die Schule bei der
Durchführung von «Schule handelt»
und was wird investiert?



Support

Unterstützungssystem für Schulen



Kantonale Anlaufstellen «Schule handelt» im Thurgau

Infos und Prozessbegleitung

Bernd Ruoff

Amt für Volksschule Thurgau

bernd.ruoff@tg.ch

058 345 74 88

Infos

Gabriel Bellini

Perspektive Thurgau

g.bellini@perspektive-tg.ch

071 626 02 02

Ressourcen

Was investiert eine Schule?

Commitment, Bereitschaft & Offenheit

- Schulleitung ist offen für partizipativer Prozess zusammen mit Mitarbeitenden
- Entscheidungsträger:innen/Schlüsselpersonen werden involviert (z.B. Steuer-/Arbeitsgruppe, Behörden, weitere)
- Mitarbeitende sind bereit mitzuwirken
- Schulleitung/Steuergruppe gewährleistet transparente Kommunikation während Umsetzungsprozess

Zeitliche Ressourcen

- schulinterne Projektleitung
- ca. 30 Minuten für Online-Befragung Teilnehmende
- genügend Zeitfenster für Präsentation/Diskussion der Befragungs-Ergebnisse und Ableitung/Verankerung von Massnahmen

Finanzielle Investitionen

- Prozessberatung/-begleitung
- CHF 5.80 pro eingeladene Person (Online-Befragung)
- Umsetzung von Massnahmen

Warum...

lohnt sich «Schule handelt»
für Ihre Schule?

→ **Praxiseinblick**

Praxiseinblick

Umsetzung Schule handelt

Michael Gysel, Schulleiter
Primarschule Altnau

(Kontaktangaben auf Schlussfolie)





«Eine gute und starke körperliche und psychische Gesundheit der Lehrpersonen und aller Mitarbeitenden der Schule, beeinflussen das Schulklima, wie auch die Qualität des Unterrichts, positiv. Davon profitieren auch die Schülerinnen und Schüler. Ein professioneller und verantwortungsvoller Umgang mit Stress und Stresssituationen, mit den eigenen Ressourcen und denjenigen des Teams helfen und sind elementar für eine gut funktionierende und agile Schule.»

Umsetzungsprozess PS Altnau



Einblick Ergebnisse auswerten und diskutieren

Handlungsfelder aus der Befragung

Belastungen

- Gedankliche Abgrenzung von der Arbeit
- Beeinträchtigung Arbeit => Privatleben
- Beeinträchtigung Privatleben => Arbeit
- Aufgabenorientierung / Rollenklarheit
- Allgemeiner Gesundheitszustand
- ...

Handlungsfelder aus der Befragung

Ressourcen

- Unterstützendes Vorgesetzten Verhalten
- Wertschätzung
- Selbstwirksamkeitserwartung / Partizipation
- Handlungsspielraum
- Emotionale Bindung zur Organisation
- ...



Umsetzungsprozess PS Altnau



Einblick Erkanntes Entwicklungspotenzial

Handlungsfelder	Massnahmen
<p>Das gedankliche und gefühlsmässige Lösen von der Arbeit ist eine Herausforderung und kann einen negativen Einfluss auf das Privatleben haben. Die Lehrpersonen sollen sich in ihrer Freizeit auf andere Lebensbereiche einlassen können, ohne dass sie an die Arbeit denken müssen oder die Arbeit das Privatleben beeinflusst. Vor allem die Handhabung des digitalen Kommunikationstools "KLAPP" spielt dabei eine wesentliche Rolle.</p>	<p>Arbeits- und Erreichbarkeitszeiten sowie die Bearbeitung von KLAPP-Nachrichten (persönlich) definieren und den Eltern kommunizieren. Durch eine bewusste Trennung von Arbeits- und Privatleben, eine definierte Erreichbarkeit (normale Arbeitszeiten), sollen die Lehrpersonen den Übergang von der Arbeit ins Privatleben besser bewältigen.</p>
<p>An der Primarschule Altnau wird die gegenseitige Wertschätzung und das unterstützende Vorgesetztenverhalten bereits als große Ressource wahrgenommen und soll weiterhin gestärkt werden.</p>	<p>Die gelebte Wertschätzung und Unterstützung im Schulalltag bewusst wahrnehmen, anerkennen, mit Dankbarkeit begegnen und diese auch aussprechen.</p>

Umsetzen und verankern

Teamfokusse	AG Gesundheit
<p>Die relevanten Handlungsfelder / Themen sind auf die Teamsitzungen im SJ23/24 verteilt und werden als Teamfokus jeweils als Einstieg thematisiert.</p>	<p>Drei Teammitglieder begleiten das Thema Gesundheit als Arbeitsgruppe über das SJ.</p> <ul style="list-style-type: none">• Kleinere Umsetzungen im Alltag• Zeitgefässe in TS oder Weiterbildungstagen• Austausch mit SL
Schulentwicklung	MAG's
<p>Als offizielles Schulentwicklungsthema soll und darf die Weiterverfolgung und Bearbeitung der Handlungsfelder Zeit und Raum einnehmen.</p> <p>=> Interne Weiterbildungen, Zeitgefässe im Schulalltag definieren, Budget, ..</p>	<p>Die relevanten Handlungsfelder sind Grundlage der Selbsteinschätzung der Lehrpersonen und des Mitarbeitergesprächs.</p>

Erfolgsfaktoren und Stolpersteine

Erfolgsfaktoren	Stolpersteine
<ul style="list-style-type: none">• Team (und Behörde) früh ins Boot holen / informieren => ev. Spurguppe / AG• Transparente Kommunikation• „Schule handelt“ in die Schulentwicklung integrieren• Online Befragung zeitlich passend setzen und vorweg gut erklären• Genügend Zeit für die Auswertung & Diskussion der Ergebnisse einplanen• Handlungsspielraum und Zeit für die Entwicklung und Verankerung der Massnahmen bereitstellen	<ul style="list-style-type: none">• Nicht „on top“ setzen• Geringe Teilnahme bei der Befragung• Fehlende Partizipation des Teams• Fehlende Ressourcen oder Zeitgefässe für die Bearbeitung und Weiterverfolgung der Handlungsfelder

Take home...

Warum lohnt sich «Schule handelt»
für Ihre Schule?

Schulleitungen werden durch aktiv handelnde Lehrpersonen und Mitarbeitende entlastet sowie umgekehrt.

Schüler:innen profitieren von einem positiven Schulklima.

Mitarbeitende handeln im Bewusstsein ihrer körperlichen und psychischen Gesundheit und der ihrer Kolleginnen und Kollegen.

So wirkt «Schule handelt»



Schöpfen auch Sie das Potential Ihrer Schule aus.

Kontaktieren Sie dafür die zuständige Stelle Ihres Kantons

Mehr Infos unter [schule-handelt.ch](https://www.schule-handelt.ch)



Nationale Koordination:


RADIX

Im Auftrag von:



Gesundheitsförderung Schweiz
Promotion Santé Suisse
Promozione Salute Svizzera

Kontakte für weitere Fragen zum Workshop «Schule handelt» vom 17.01.2024

RADIX Gesunde Schulen

Alexandra Mahnig

Angebotsleitung «Schule handelt»

mahnig@radix.ch

041 545 92 35

Primarschule Altnau

Michael Gysel

Schulleiter

schulleitung@schule-alttau.ch

071 695 44 70