

# PSYCHOFAX

vipp-NEWS ◆ INFORMATIONSORGAN DES VERBANDES DER INNERSCHWEIZER  
vipp-NEWS ◆ PSYCHOLOGINNEN UND PSYCHOLOGEN **Dezember 2006 Nr. 22**

## Aktuell

*Aktuell*

*Liebe Leserinnen und Leser*

*Geschätzte Kolleginnen und Kollegen*

Anstatt sich in den Weihnachtsrummel zu stürzen, kaufen 29% der Deutschschweizer Geschenke im Internet. Am Online-Shopping schätzen die befragten Internet-Nutzer die Zeitersparnis – so stand es kürzlich in der Zeitung.

Dass ein Bedürfnis vorhanden ist, Zeit zu sparen, leuchtet irgendwie ein! Fragt sich nur, was mit der ersparten Zeit angefangen wird – oder etwas wirtschaftlicher formuliert, wie und in was die gewonnene Zeit investiert wird.

Ob sie nun online-shoppen oder sonst irgendwie Zeit sparen - Ich hätte da eine Idee: Gehen sie online mit sich selber und investieren die gewonnene Zeit bei sich. Machen sie etwas, was sie schon ganz lange hätten tun wollen, wenn sie Zeit dafür gehabt hätten!

Der Januar (oder vielleicht das ganze Jahr 2007, nicht wahr?) bietet einen legalen Rahmen für solche Investitionen – für sich, die Familie, für Freunde und Freundinnen.

In diesem Sinne wünsche ich Ihnen allen ein gutes neues Jahr!

*Beat Spitzer  
Präsident vipp*



*In dieser Nummer:  
Kampagne "Stark durch  
Erziehung"*

## Inhalt

Seite

- 2 Impressum / Vermischtes / Ratgeber NLZ
- 3 vipp-Samichlaus: Bilder, Eindrücke
- 4 Berufsfelder: Marcus Townend schreibt über Adipositas bei Kindern und Jugendlichen
- 9 Stark durch Erziehung
- 10 Projekt der SchulpsychologInnenkonferenz zur Kampagne „Stark durch Erziehung“
- 11 Wie die Schule Kinder und Jugendliche stark machen kann
- 15 Foto-Rückschau Weiterbildung
- 16 Agenda / vipp-info

## PSYCHOFAX

vipp-NEWS ©

DAS

INFORMATIONSORGAN  
DES VERBANDES DER  
INNERSCHWEIZER  
PSYCHOLOGINNEN  
UND PSYCHOLOGEN

vipp

**Redaktionsschluss  
PSYCHOFAX Nr. 23  
25. März 2007**

**vipp** verband der  
innerschweizer  
psychologinnen und  
psychologen  
[www.vipp.ch](http://www.vipp.ch)

## Impressum

PSYCHOFAX  
vipp-NEWS  
©

Der PSYCHOFAX  
erscheint 2 mal pro Jahr  
im April und November  
Auflage: 250 Expl.

### Herausgeber

Verband der Innerschweizer  
Psychologinnen und Psychologen (vipp)

### Redaktion und Layout

Markus Bründler  
Brünigstrasse 178, 6061 Sarnen  
Fon 041 666 62 55 Fax 041 660 27 27  
markus.bruendler@ow.ch

### KorrektorIn

o.k.r.

### Druck

Kopierzenter Sarnen

## Mitglieder- Statistik

Entwicklung der Mitgliederzahlen  
seit der Gründung 1979:

Jahr	Mitglieder	Jahr	Mitglieder
1979	20	2001	124
1986	30	2002	131
1992	42	2003	141
1996	60	2004	148
1997	71	2005	157
1998	86	2006	163
1999	109		
2000	112		

## Ratgeber NLZ...

Bisher sind erschienen:  
(Oktober 2001 bis heute)

**SUCHEN SIE RAT?**

Schreiben Sie an: **Monika van de Giessen**  
«Ratgeber», Neue LZ  
Maihofstr. 76  
6006 Luzern  
oder rufen Sie an, am  
Mittwoch von 9.30 bis 12 h.  
Tel. 0900 55 40 55  
(Fr. 2.00/Min.). Ihre Fragen wer-  
den direkt beantwortet oder an Fachleute weitergelei-  
tet. Wir sind auch elektronisch erreichbar. Unsere  
Adresse lautet: E-Mail = [mvandegiessen@neue-lz.ch](mailto:mvandegiessen@neue-lz.ch)



- (1) *Wie können wir unsere Enkelin vom Nägelkauen abbringen?*
- (2) *Muss unser Sohn wirklich die Sonderschule besuchen?*
- (3) *Nächtliches Bettnässen: Wie können wir unseren Kindern helfen?*
- (4) *Trennungsangst: Soll ich einfach abschleichen? Was raten Sie mir?*
- (5) *Wie erkläre ich den Kindern den Tod eines geliebten Menschen?*
- (6) *Ich möchte mehr wissen über Gestalttherapie (2 Folgen)*
- (7) *Prüfungsangst: Was kann man dagegen unternehmen?*
- (8) *Wie bringe ich meine Tochter dazu, in der Krippe zu bleiben?*
- (9) *Wie viel Schlaf braucht ein Kind? Gibt es Richtlinien oder Studien?*
- (10) *So langsam leidet unsere Tochter unter ihrem eigenen Spardruck.*

- (11) *Er weigert sich, allein in seinem Bett zu schlafen.*
- (12) *Wie sollen wir uns verhalten, wenn das Kind kratzt und beisst?*
- (13) *Feuerwerk: Ich habe das Gefühl, dass mein Kind seither traumatisiert ist.*
- (14) *Was ist Yu-Gi-Oh? Wie wirkt es auf unsere Kinder?*
- (15) *Intelligenzquotient: Stimmt die Aussage der Pendlerin?*
- (16) *„Mondhalb“: Muss ich mir das gefallen lassen?*
- (17) *Arbeitslosigkeit: „Ich habe Mühe, mit dieser Tatsache umzugehen“*
- (18) *POS: Wo kann ich mich untersuchen lassen?*
- (19) *Was sind die Ursachen des provokativen Verhaltens?*
- (20) *Unsere Enkelin stiehlt. Geht diese Phase vorüber?*

### Und die neusten...

Juli 2006

**Wir sind ratlos, unser Enkel leidet an Essstörungen.**

Kurt Zwimpfer

August 2006

**Sie kann ohne ihre Eltern nachts nicht einschlafen, was tun?**

Astrid Weibel

August 2006

**Angst vor Blut: Wie können wir unserem Neffen helfen?**

Roland Straub

### Kontaktperson:

Ulla Eggenschwiler  
Seerosenweg 5, 6403 Küsnacht am Rigi, Tel. 041 854 20 85

### Als RatgeberInnen stehen u.a. zur Verfügung:

Joseph Bendel, Markus Bründler, Fränzi Eder, Ursula Eggenschwiler, Remo Geismar, Ernesta von Holzen, Margareta Reinicke, Roland Straub, Astrid Weibel, Sandra Widmer, Barbara Wüest und Kurt Zwimpfer

**Weitere Mitglieder als RatgeberInnen sind jederzeit willkommen!**

## Neue vipp- Mitglieder

**Mutationen: Mai 2006  
bis November 2006**

Der Vorstand heisst folgende neue Mitglieder herzlich willkommen:

**Breitschaft Clemens M., lic.phil., Luzern**

**Emini Luljete, lic.phil., Pfäffikon**

**Erni Katja, lic.phil., Luzern**

**Stöcklin Bea, lic.phil., Wilen**

### Mitgliederbestand

**am 27. November 2006: 163**

ordentliche Mitglieder: 147

ausserordentl. Mitglieder: 16

### Austritte per 31.12.2006:

**Uhr Martin, lic.phil., Wohlen**

**Weibel Astrid, lic.phil., Zug**

# 1. Dezember 2006: vipp-Samichlaus in Cham...

...Bilder...Eindrücke.

*In der Milchsüdi*



## Marcus Townend, dipl. Psychologe FH

*... stv. Leiter der bikantonalen Fachstelle Gesundheitsförderung und Prävention OW/NW und Co-Leiter von „now or never – Gesundheitsförderung mit übergewichtigen Kindern und Jugendlichen“ ...*

*...und Mitglied der Projektgruppe Interventionsmodul des Fachvereins Adipositas im Kindes- und Jugendalter (akj).*



### **Psychologische Berufsfelder**

Der vipp hat Mitglieder, die in folgenden Berufsfeldern arbeiten: Schulpsychologie / Erziehungsberatung, Psychotherapie, Psychiatrie, Klinische Psychologie, Berufs- und Laufbahnberatung, Personal- und Organisationsentwicklung, Supervision, Heilpädagogik, Erwachsenenbildung, Schulberatung, Geriatrie, u.a. Das Schaffen einer Plattform für den kollegialen und fachlichen Austausch unter den VertreterInnen verschiedener psychologischer Berufssparten ist eines der Hauptanliegen des vipp.

Mit der Psychofaxserie „Psychologische Berufsfelder“ wollen wir die Aufmerksamkeit auf das „Neue“ und „Andere“ lenken und gleichzeitig auch aktiv mit den Psychologinnen und Psychologen aus den entsprechenden Sparten in Kontakt treten.

E.R.

### **Adipöse Kinder und Jugendliche: Intervention und Prävention**

***In der Zentralschweiz wurden in den letzten drei Jahren diverse Angebote für adipöse Jugendliche sowie für Eltern von übergewichtigen Kindern zur Verfügung gestellt. Trotz erschreckender Zahlen konnte keines dieser Hilfsangebote durchgeführt werden. Weshalb ist dies so und was heisst das im Hinblick auf die Prävention von Adipositas im Kindes- und Jugendalter?***

Als übergewichtig gelten wir, wenn wir mehr Körperfett haben als die Norm. Um dies festzustellen, hat sich die Erhebung des Body Mass Index (BMI) etabliert. Bei Kindern und Jugendlichen ist die Berechnung des Body Mass Index komplizierter als bei den Erwachsenen, da ihr Geschlecht und ihr Alter eine grössere Rolle spielen.<sup>1</sup>

Mit Adipositas, unschön auch Fettleibigkeit genannt, ist das extreme Übergewicht gemeint. Sowohl Übergewicht wie auch Adipositas enthalten Elemente süchtigen Verhaltens.

### **Behandlung von Adipositas im Kindes- und Jugendalter**

Erwachsene, welche an Adipositas leiden, finden gegenwärtig kaum Angebote, welche über die zahllosen und allenfalls kurzfristig wirksamen, kommerziellen Diätangebote hinausgehen. Immer populärer werden reine Symptomansätze wie Fettabsaugen oder andere chirurgische Eingriffe. Anders sieht die Situation im ambulanten Bereich für Kinder und Jugendliche aus. Hier konnten sich spezifisch auf adipöse Kinder und Jugendliche ausgerichtete Gruppenprogramme etablieren. Fachleute aus den vier Disziplinen Ernährungsberatung, Bewegungslehre, Psychologie und Medizin arbeiten über mehrere Monate hinweg mit Jugendlichen. Es geht dabei nicht alleine um eine Senkung oder Stabili-

sierung des Körpergewichtes, sondern in erster Linie um die Förderung der individuellen Lebensqualität, aber auch um die Reduktion von metabolischen Risikofaktoren, wie Insulinresistenz, Hyperlipidämie und Hypertonie sowie um die Stärkung grundlegender psychosozialer Kompetenzen. Immer stärker werden Ansätze zur Bewältigung von Stress und Frustration in die Therapieprogramme integriert.

Die multidisziplinären Programteams sind an der Anerkennung durch den Fachverein für Adipositas im Kindes- und Jugendalter<sup>ii</sup> interessiert. Der Fachverein veröffentlicht relevante Qualitätsstandards, welche die zentralen Anforderungen und Beurteilungskriterien festlegen und stellt Anforderungen in Bezug auf die Evaluation der Programme. Gegenwärtig ist eine Arbeitsgruppe daran, ein Set von kompatiblen Kernvariablen zu den einzelnen Bereichen zu definieren, welche von allen Teams zu Beginn, am Ende sowie mindestens ein Jahr nach Therapieende erhoben werden sollen.

In einigen Regionen der Schweiz entstanden in den letzten Jahren verschiedene Programmangebote unter fantasievollen und für Kids animierende Namen wie TAKE\*, AdiRi\* oder Club Castelmont\* (Basel), WIM\* (Bern), ramo2\* (Tessin), fri move (Westschweiz), Adi-club\* (SG), now or never\* und neu kjwj\* (Zentralschweiz), SHake\* (Schaffhausen) Food4Teens\* oder OptiMahl (Aargau) sowie adwin\*, Club MINU\*, TRAP\*, knapp\*, Minuzo\* oder happy kids (alle ZH) (alle mit einem \* sind vom Fachverein anerkannt). Siehe auch unter der Homepage des Fachvereins<sup>iii</sup>.

Die Angebote unterscheiden sich vorwiegend in der Länge des ganzen Programms und in der Häufigkeit der Treffen, gemeinsam sind ihnen die hohe Motivation des jeweiligen Leistungsteams, die Zusammenarbeit über die eigene Disziplin hinweg sowie finanzielle Schwierigkeiten. Diese für die Behandlung der Adipositas bereits

vorhandenen, strukturellen, fachlichen und personellen Ressourcen spielen für die Vorbeugung von Adipositas eine zentrale Rolle – siehe letzter Abschnitt.

### **„now or never“ – Gesundheitsförderung mit adipösen Kindern und Jugendlichen**

Mit drei männlichen und fünf weiblichen Jugendlichen im Alter von elf bis 16 Jahren wurde das Gruppenprogramm „now or never“ Ende Mai 2003 mit dem ersten von elf monatlichen Treffen im Hauptort des Kantons Obwalden gestartet. Die Teilnehmerinnen und Teilnehmer waren in den Kantonen Obwalden, Nidwalden und Luzern wohnhaft. Eine Familie kam aus dem Balkan, drei Familien waren Patchwork- oder Stieffamilien und zwei Kinder waren mit ihrer allein erziehenden Mutter dabei. Drei Familien stammten aus der unteren, fünf aus der mittleren Einkommensschicht. Alle Kinder und Jugendlichen trugen ein Gewicht über dem Body Mass Index (BMI) von 25, was einem BMI von 30 bei Erwachsenen entspricht. Das heisst, sie waren nicht mehr übergewichtig sondern bereits adipös. Folgende Fragen wurden zusammen mit den jugendlichen Teilnehmerinnen und Teilnehmern vertieft: Wie beegne ich meiner Esslust oder kritischen Esssituationen? Finde ich je wieder Spass an sportlichen Aktivitäten, nachdem ich so oft gehänselt wurde, und mir die Freude daran gründlich vergangen ist? Wie bewältige ich Anforderungen, welche mich stressen? Wie gehe ich um mit Gefühlen von Ärger, innerer Leere und Wut?

Die teilnehmenden Eltern interessierten folgende Themen: Eine praktikable Ernährungslehre mit Anleitungen zu der Menüplanung und –zubereitung, Reflexion der eigenen Esskultur und –geschichte, neue Umgangsformen bei Konflikten und Aggressionen sowie die Auseinandersetzung mit der eigenen Vorbildfunktion.

Ermöglicht wurde das erste und bisher einzige Gruppenprogramm für adipöse Jugendliche in der Zentralschweiz durch die Initiative von vier Privatpersonen sowie durch grössere Startbeiträge einer Luzerner Stiftung und des Migros Kulturprozentos. Dadurch konnten die Kosten von rund 4'500.- pro Kind auf 500.- gesenkt werden, was von den Eltern anstandslos übernommen wurde.

Die Auswertung nach ein, beziehungsweise zwei Jahren zeigte ein positives Gesamtbild. Eine sichtbare Reduktion des Gewichts fand zwar nicht statt. Gewichtsveränderungen allein sind für Kinder, die sich in der Wachstumsphase befinden, wenig aussagekräftig. Deshalb waren folgende Ergebnisse von besonderer Bedeutung. Die Hälfte der Jugendlichen nahm sich bei Kursende mehr als eine halbe Stunde Zeit für ihre Hauptmahlzeit. Es wurde mehr getrunken und eine Tendenz weg von den Süssgetränken hin zum Wasser war feststellbar. Nachdem die durchschnittliche Zeit vor dem Bildschirm deutlich abgenommen hatte, erhöhte sich die Zeit für die Alltagsbewegung. Zu Beginn des Kurses fühlte sich eine Mehrzahl Jugendlicher unsicher bezüglich ihres Aussehens. Dies änderte sich im Verlaufe des Programms. Sechs Jugendliche beurteilten ihre körperliche Leistungsfähigkeit bei Ende des Kurses als gut. Sechs von acht Jugendlichen berichteten, sie würden gut bis sehr gut von ihren Kolleginnen und Kollegen akzeptiert. Sieben hatten mehr als vier KollegInnen. Den regelmässigen Erfahrungsaustausch in der Elterngruppe erlebten die Eltern unterstützend. Fünf Jugendliche fühlten sich bei Ende des Kurses im Allgemeinen wohl und drei sehr wohl.

### **Kein Bedarf in der Zentralschweiz?**

Ermutigt durch die Ergebnisse des ersten Gruppenprogrammes für adipöse Kinder und Jugendliche und überzeugt vom Bedarf an Hilfestellungen,

offerierte das Team „now or never“ über die letzten drei Jahre verteilt, diverse Angebote für adipöse Jugendliche im Alter von 11-16 Jahren sowie für Eltern von übergewichtigen Kindern und Jugendlichen im Alter von 6 bis 10 Jahren – unterstützt von zwei grossen Kliniken der Zentralschweiz, von Pädiatern/-innen, Schulärzten/-innen, Lehrpersonen und zwei Schulpsychologischen Diensten. Inseriert wurde in Tages- und Wochenblättern sowie via Direktmailing. Aufgrund fehlender Anmeldungen konnte keines dieser Angebote durchgeführt werden. Handelt es sich hierbei um ein Zentralschweizer Problem wie ein Titel in der Luzerner Woche vom April dieses Jahres<sup>iv</sup> suggerierte? Die Tatsache, dass ein gleichzeitig stattfindendes, nationales Jugendprojekt zu den Themen Bewegungsmangel und ungesunde Ernährung ebenfalls keine einzige Anmeldung aus der Zentralschweiz erhalten hatte, führte den Autor des Artikels zu dieser Frage. Gemäss einer Studie des Labors für Humanernährung der ETH Zürich<sup>v</sup> sind fast ein Fünftel der 6 bis 12-jährigen Kinder übergewichtig und über drei Prozent aller Kinder in der Schweiz adipös. Bei einer Zahl von rund 52'000 Schulkindern ergibt dies für die Zentralschweiz (UR, SZ, OW, NW, LU und ZG) eine Zahl von 1'600 adipösen Kindern und Jugendlichen. Kinder und Jugendliche also, welche ein erhöhtes Diabetes-, Krebs- sowie Arterioskleroserisiko aufweisen, deren Herz-Kreislaufsystem gefährdet und bei welchen die Entwicklung des aktiven und passiven Bewegungsapparates und die Entfaltung wesentlicher Selbst- und Sozialkompetenzen beeinträchtigt sind. Der Bedarf an Hilfe ist somit klar ausgewiesen, auch in der Zentralschweiz. Im gleichen Monat konstatierte die hiesige Tageszeitung<sup>vi</sup> zum selben Sachverhalt: Appetit nach Hilfsangeboten fehlt noch. Ist es also tatsächlich eine Frage der mangelnden Lust oder spielen noch weitere Gründe für die

Missachtung von Hilfsangeboten eine Rolle?

### Früherfassung durch Ärztinnen und Lehrpersonen

Kinderärzte/innen und Lehrpersonen gehören zu den ersten Berufsgruppen, welche Übergewicht beim Kind erkennen können. Sie wären daher geeignet, Weichenstellende und Vermittelnde von geeigneten Massnahmen zu sein. Wie der Pädiater und Psychosomatiker Romedius Alber<sup>vii</sup> festhält, „sieht der Kinderarzt die meisten Kinder in den Vorsorgeuntersuchungen, verfügt über das Fachwissen der normalen Entwicklung und gesunden Ernährung und steht häufig auch der Familie emotional genügend nahe, um eine Langzeittherapie zu begleiten“. Es ist hier jedoch anzumerken, dass nicht alle Eltern regelmässig den Pädiater oder die Pädiaterin aufsuchen. Zudem braucht es in Bezug auf adipöse PatientInnen eine aufwändige Kontext- und Motivationsklärung, viel Ausdauer und eine hohe Frustrationstoleranz – keine idealen Voraussetzungen für eine umfassende Sekundärprävention. Vorsorgeuntersuchungen in der Schule wurden in einigen Kantonen zurück gefahren. Aus Spargründen oder aufgrund eines (zu) eng gefassten Verständnisses des Prinzips Eigenverantwortung. Gewicht und Grösse werden isoliert und in verschiedenen Jahrgängen festgehalten und lassen darum keine Übersicht über die Prävalenz von Übergewicht und Adipositas bei den Schülerinnen und Schülern der Zentralschweiz zu.

Die Frage stellt sich jedoch hier wieder einmal, wie viele gesellschaftliche

und familiäre Probleme die Schule lösen kann und will. Gegenwärtig werden die Schulsekretariate von gesundheitsbezogenen Projektanträgen und –ideen überschwemmt. Gesundheitsfördernde Parameter werden jedoch seit einiger Zeit und immer umfassender in die Qualitätssicherung und –entwicklung der Volksschule aufgenommen. Die Thematik Übergewicht interessiert vor allem Sport- und Hauswirtschaftslehrpersonen. Sie zeigen sich motiviert, die beiden für das Thema Übergewicht eng zusammenhängenden Fachbereiche, Ernährung und Bewegung zusammen zu führen und, gemeinsam und in Zusammenarbeit mit den kantonalen Stellen, gesundheitsfördernde Projekte anzugehen. Noch fehlen hier umfassende Aufträge und eine Sensibilisierung der Schulteams, der Schulbehörden und der Eltern.



Auf der interventiven und individuellen Seite stehen einander oftmals Laien- und professionelle Meinungen gegenüber. Die Einschätzung von pädagogischen oder medizinischen Berufsgruppen steht oftmals im Konflikt mit der Wahrnehmung der Eltern. Noch werden vorsichtige Sondierungen als heikle Übergriffe in die private Familiensphäre aufgefasst. Dadurch wird ein gemeinsames Vorgehen von Anfang an erschwert.

Die Anerkennung von Übergewicht durch die Eltern und das Verständnis über dessen gesundheitliche Folgen sind wichtige Voraussetzungen für interventive und präventive Schritte. Gemäss Erhebungen in England und den USA<sup>viii</sup> fanden nur ein viertel der Eltern, ihr übergewichtiges Kind sei übergewichtig und 33% der Mütter / 57% der Väter fanden ihr adipöses Kind ungefähr richtig (about right). Diese Fehleinschätzung kann auf eine fehlende Sensibilisierung und Information der Eltern zurückgeführt werden.

### Medien und Kampagnen

Flächendeckende Kampagnen sind wichtige Informations- und Sensibilisierungsinstrumente für gesundheitliche Fragen und wie die Ergebnisse der AIDS – Prävention zeigen, sehr erfolgreich. Damit auch im lokalen Kontext ein möglichst fruchtbarer Nährboden für die Finanzierung und für das politische Agendasetting für präventive und interventive Massnahmen geschaffen werden kann, müssen nationale Kampagnen von den regionalen und lokalen Medien begleitet werden. Dadurch erst werden glaubwürdige, weil von den Interessen der Gesundheitsbehörden unabhängige, Vertiefungen möglich. Während Übergewicht im Fernsehen im Rahmen verschiedener Sendefässer thematisiert wird, tun sich die hiesigen Radiostationen und die lokalen Printmedien schwer damit, das Thema warm zu halten. So wurde beispielsweise in den letzten zwölf Monaten im Monopolblatt der Zentralschweiz, die Neue Luzerner Zeitung, weniger als ein halbes Dutzend Mal über adipöse Kinder und Jugendliche berichtet.

### Verantwortlichkeit

Das Problem „häusliche Gewalt“ in der Zentralschweiz hat es gezeigt: Nachdem das Thema durch die Initiative einer Regierungsrätin zur Chefsa-

che erklärt worden war, kamen kantons- und departementsübergreifende Arbeitsgruppen, ein intensiver politischer Prozess und als Folge wichtige Gesetzesänderungen zustande. Anders beim Thema Adipositas.

Sowohl die Zentralschweizer Kantone (Behörden) wie auch die Krankenversicherer tun sich schwer mit diesem Thema. Kaum jemand übernahm bisher die Initiative, niemand zeigt sich verantwortlich. In den Kantonen Zug und Luzern haben sich auf Initiative privater Fachleute hin Arbeitsgruppen gebildet, welche sich nun dem Thema annehmen. Dies genügt jedoch nicht. Für ein Gesundheitsproblem dieser Grössenordnung mit Kosten von über 2'691 Millionen<sup>ix</sup> (Übergewicht, Adipositas und Folgekrankheiten) braucht es klare, departementsübergreifende, multidisziplinäre Aufträge von den Kantonsregierungen sowie eine nationale Koordination, oder dann Lösungen auf der Ebene Bund und Krankenversicherer. Nun hat sich das Bundesamt für Gesundheit (BAG) mit den Krankenversicherern und dem Fachverein Adipositas im Kindes- und Jugendalter (akj) an einen Tisch gesetzt um die Frage der Aufnahme von Gruppenprogrammen für adipöse Jugendliche in die Grundversicherung anzugehen. Die Zeichen stehen gut. Auf die Agenda der eidgenössischen Räte gelangen die Vorschläge anfangs 2007.

Bei einer Aufnahme von Gruppenprogrammen für adipöse Kinder und Jugendliche in den Leistungskatalog der Grundversicherung sind grosse Probleme, wie die Finanzierung auf der Seite der Anbietenden und die finanzielle Schwelle auf der Seite der Versicherten gelöst, nicht aber die Frage nach der Verortung von verhältnisbezogenen Ansätzen: Was macht es für einen Sinn, die Lebensstile der jungen Menschen verändern zu wollen, solange die Rahmenbedingungen zu Hause, in der Schule und in der Freizeit nicht angegangen werden? Ergebnisse aus dem Bereich Alkohol-

prävention zeigen, dass strukturelle Ansätze weitgehend günstiger und wirkungsvoller als individuums- oder verhaltenbezogene Massnahmen sind<sup>x</sup>. Hier zeigt Gesundheitsförderung Schweiz einen Weg: Im Zusammenhang mit der Vorbeugung von Adipositas im Kindes- und Jugendalter (siehe weiter unten) sollen Krankenversicherer (Verhalten) und Kantone (Verhältnisse) zusammen spannen.

### Schwelle und Attraktivität

Auf der Angebotsseite muss die relativ hohe Schwelle, der oben angeführten Angebote in der Zentralschweiz, hinterfragt werden: Für das Gruppenprogramm „now or never“ müssen sich sowohl die Jugendlichen wie auch beide Elternteile schriftlich dazu verpflichten, alle Gruppentreffen über mindestens 9 Monate zu besuchen. Dies hat mit der Erfüllung bestimmter Qualitätsanforderungen und mit der Angst vor Abbrüchen zu tun. Auftritt und Marketing von „now or never“ wirken zwar seriös aber bieder. Der aktuelle Preis von Fr. 1'650.- je Kind (die Höhe ist eine Folge fehlender Sponsoren) ist für Familien mit niedrigem Einkommen hoch. Die bestehenden Angebote müssen auf ihre Attraktivität und Preisgestaltung hin geprüft und durch niederschwellige und peppig aufgemachte Angebote ergänzt werden.

### Vorbeugung von Adipositas im Kindes- und Jugendalter

Die bisherigen Abschnitte betreffen adipöse Kinder und Jugendliche, also rund 45' 000 (Schätzung) Kinder und Jugendliche im Alter von 6 – 19 Jahren. Was aber ist mit den über 215' 000 (Schätzung) übergewichtigen Kindern und Jugendlichen im ganzen Land? Kinder und Jugendliche also, die einen BMI zwischen 20 und 25 (entspricht einem BMI für Erwachsene von über 25) aufweisen. Diese sind noch nicht adipös, leiden jedoch eben-

so unter ihrem Übergewicht und weisen ebenfalls hohe Risikofaktoren auf. Die geschätzten Zahlen für übergewichtige Kinder und Jugendliche erschrecken auch die Fachleute in der Zentralschweiz. Wie soll verhindert werden, dass über 20'000 übergewichtige Kinder und Jugendliche (Schätzung für die Innerschweiz aufgrund der schweizerischen Zahlen) adipös werden? Wenn die geplanten Präventionsstrategien nicht greifen sollten, werden die bislang einzigen beiden Gruppenprogramme der Zentralschweiz mit vielleicht 16–24 Jugendlichen pro Jahr kaum für den berechtigten „Tropfen auf den heissen Stein“ reichen. Wer soll also die Zunahme der Adipositas bei Kindern und Jugendlichen in der Zentralschweiz verhindern, und woher kommen die finanziellen, fachlichen und personellen Ressourcen?

### Gesundheitsförderung Schweiz bietet Perspektive

Gesundheitsförderung Schweiz profiliert sich seit einigen Jahren im Bereich Gesundheitsförderung und gesundes Körpergewicht (Suisse Balance, Allez Hop). In den nächsten Jahren will Gesundheitsförderung Schweiz mit verschiedenen Aktionsprogrammen dazu beitragen, den Anteil der Bevölkerung mit einem gesunden Körpergewicht zu erhöhen und den Übergewichtstrend zu stoppen<sup>xi</sup>. Hierfür hat sie begonnen, mit den Kantonen und dem Dachverband der Krankenversicherer zu verhandeln.

Der Fachverein Adipositas im Kindes- und Jugendalter (akj) hat von Gesundheitsförderung Schweiz den Auftrag erhalten, bis Ende Jahr ein Interventionsmodul zur Prävention von Adipositas im Kindes- und Jugendalter<sup>xii</sup> zu entwickeln. Sowohl die Verhältnisse wie auch das Verhalten sollen angegangen und interventive und präventive Massnahmen eingebaut werden. Das Basiselement des circa vier Monate dauernden Programms

bildet der Bereich Bewegung. Mittels eines eigens für dieses Interventionsmodul entwickelten Bewegungssensors wird die Alltagsbewegung des Jugendlichen erfasst und via PC auf ein Internetportal übermittelt. Dadurch wird ein Spontanfeedback möglich und die Daten können für die begleitenden Massnahmen genutzt werden. Die Erhöhung der Alltagsbewegung soll durch eine Veränderung des Ess- und Trinkverhaltens ergänzt werden. Analog zu den im ersten Abschnitt beschriebenen Trainings für adipöse Kinder und Jugendliche werden auch psychosoziale Kompetenzen erweitert und, mit Unterstützung der Eltern, die soziale Integration gefördert. Für die Umsetzung der Module werden Fachleute aus den drei Disziplinen Bewegungslehre, Ernährungsberatung und Psychologie/ Familienberatung benötigt. Diese werden vom Fachverein Adipositas im Kindes- und Jugendalter (akj) ausgebildet und betreut. Für die soziale Integration braucht es natürlich weitere Massnahmen auf der strukturellen Ebene. Hier ist die Unterstützung der Kantone gefordert. Die grosse, logistische und fachliche Herausforderung besteht darin, praktikable Module zu entwickeln, welche in der ganzen Schweiz und für die riesige Anzahl betroffener Kinder und Jugendlicher umgesetzt werden können und welche innert weniger Monate messbare Resultate erbringen. Das Interventionsmodul richtet sich an übergewichtige Kinder und Jugendliche, soll der Entwicklung einer Adipositas vorbeugen und auf die Bedürfnisse der Versicherungen adaptiert und auch von diesen mitfinanziert werden können. Ab 2007 sollen einige Krankenversicherer und einige Regionen gefunden werden, welche die bis dann erarbeiteten Module umsetzen wollen. Die Zentralschweiz wird dabei sein.

*marcus.townend@bluewin.ch*

<sup>i</sup> British Medical Journal vol 320, 6 May 2000, p 1242

<sup>ii</sup> Geschäftsstelle und Sekretariat: Dr. Robert Sempach und Kathrin Lorenz, Tödistrasse 48, 8002 Zürich, Tel: 044 251 54 45, Fax: 044 251 54 44, [www.akj-ch.ch](http://www.akj-ch.ch)

<sup>iii</sup> [www.aki-ch.ch](http://www.aki-ch.ch)

<sup>iv</sup> Luzerner Woche Nr. 28/11. April 2006, Seite 2: Keine Hilfe für übergewichtige Kinder

<sup>v</sup> Zimmermann MB, Gubeli C, Puntenner C, Molinari L: Detection of overweight and obesity in a national sample of 6-12-y-old Swiss children. *Am J Clin Nutr* 2004;79:838-43

<sup>vi</sup> Neue Luzerner Zeitung Nr. 98/28. April 2006, Seite 18: ‚Bitte mehr bewegen‘, tönt es aus Bern

<sup>vii</sup> Alber, R (2006): Adipositas aus psychosomatischer Sicht, Pädiatrie up2date (im Druck)

<sup>viii</sup> Bmj Publishing Group Ltd, Jeffery, A. (2004): Parents' awareness of overweight und: Binns, Helen, Northwestern University, Chicago, zitiert in: SonntagsZeitung vom 4. Juni 2006, Nientit Claudia: Schlank und rank statt krank

<sup>ix</sup> Bundesamt für Gesundheit (2004): Schlussbericht

<sup>x</sup> Babor et al. (2005): Alkohol – Kein gewöhnliches Konsumgut. Forschung und Alkoholpolitik. Hogrefe. Göttingen

<sup>xi</sup> Gesundheitsförderung Schweiz (2006): Langfristige Strategie von Gesundheitsförderung Schweiz

<sup>xii</sup> Fachverein Adipositas im Kindes- und Jugendalter (akj), Projektgruppe Interventionsmodul (2006): Projektskizze, Grobkonzept und Standardpaket (Entwurf)





## Stark durch Erziehung...

### ...Eltern bei der Erziehung unterstützen

**Mit dem Ziel, Eltern bei ihrer spannenden aber auch sehr anspruchsvollen Aufgabe zu unterstützen, startete der Schweizerische Bund für Elternbildung SBE im September dieses Jahres die nationale Kampagne**

**„STARK DURCH ERZIEHUNG“**

**(siehe: [www.e-e-e.ch](http://www.e-e-e.ch)). Sie wird voraussichtlich bis Ende 2009 dauern.**

Die Umsetzung der Kampagne im Kanton Luzern koordiniert die Stelle für Familienfragen ([siehe: www.familienfragen.lu.ch](http://www.familienfragen.lu.ch)).

Eltern sollen motiviert werden, sich verstärkt mit Erziehungsfragen zu befassen und sich die nötigen Kompetenzen zur Erziehung ihrer Kinder anzueignen und zu vertiefen, dies bevor in Familien Überforderung und Resignation Einzug halten. Mit positiven Aussagen auf Plakaten, Karten und anderen Informationsmitteln werden Eltern und Öffentlichkeit zur Auseinandersetzung mit Erziehungsfragen angeregt. Kernstück der Kampagne ist die in 16 Sprachen publizierte Broschüre „ACHT SACHEN ... die Erziehung stark machen“.

Die Kampagne definiert acht Schwerpunkte, die für eine gesunde Entwicklung der Kinder von entscheidender Bedeutung sind:

- Liebe schenken
- Freiraum geben
- Gefühle zeigen
- Zuhören können
- Grenzen setzen
- Zeit haben
- Streiten dürfen
- Mut machen

Erziehung geht nicht nur Eltern, sondern alle an, denn sie ist eine gesamtgesellschaftliche Aufgabe. Erziehung soll Kinder in vielerlei Hinsicht stark machen: um ihr Leben zu bestimmen, um Herausforderungen zu begegnen, um Beziehungen einzugehen, um Rückschläge zu verkraften, um andere Meinungen zu akzeptieren und vieles mehr. Mit starker Erziehung hat die Welt mehr von ihren Kindern, und die Kinder haben mehr von der Welt.

Niemand kann und soll eine „Erziehungsmaschine“ sein. Der perfekte Vater oder die unfehlbare Mutter ist sogar eher ein Albtraum für die Kinder. Daher wünschen wir Mut zur nicht perfekten Familie. Wohl alle Eltern kommen hin und wieder an ihre Grenzen. Dann brauchen sie jemanden, der ihnen zuhört, Mut macht und Freiraum gibt. In der Erziehung sollten aber neben den obigen Grundsätzen auch eine gute Portion gesunder Menschenverstand und eine kräftige Prise Humor nicht fehlen! So lässt sich der Erziehungsalltag gelassener gestalten.

Der Schulpsychologische Dienst der Stadt Luzern bietet im Rahmen der Kampagne wöchentlich eine telefonische Erziehungsberatungsstunde an. Zudem steht auch das Programm der Elternschule unter diesem Motto.

*Willi Müller  
Schulpsychologischer Dienst  
der Stadt Luzern*



## Projektskizze Schulpsychologische Dienste:

### Kampagne „Stark durch Erziehung“

#### Titel

„Autorität ohne Gewalt - Autorität durch Beziehung“  
Der Ansatz von Haim Omer in den Schulen des Kantons Luzern

#### Zielsetzungen

- Grundsätze gemäss Haim Omer bekanntmachen
- Implementierung des Ansatzes in den Luzerner Schulen
- Hilfestellungen zur Umsetzung
- SPD als Fachstelle für Erziehungsfragen profilieren

#### Ablauf

##### 1. Impulsveranstaltung

(1. Dezember 2007)

- Tagung mit Haim Omer: ‚Autorität durch Beziehung‘, ‚Autorität ohne Gewalt‘ Grundsätze des Ansatzes bekannt machen
- Vorarbeiten für eine Implementierung des Ansatzes in lokalen Schulen
- AdressatInnen: Eltern, Lehrpersonen, Schulleitungen, Schulbehörden, Fachleute, Presse etc.
- Koordination mit vipp WB

##### 2. Erarbeitung eines Grundlagenpapiers durch die Arbeitsgruppe der Kantonalkonferenz

- Veröffentlichung im Newsletter ‚Schulpsychologie aktuell‘ und anderen Medien

##### 3. Koordination weiterer Aktivitäten der SPD's auf lokaler Ebene durch die Arbeitsgruppe

- weitere Hilfsmittel/Materialien
- ReferentInnenliste
- Materialienaustausch
- etc.

##### 4. Angebote/Aktivitäten durch lokale SPD

- Adressaten: Eltern, Elterngruppen, Lehrpersonen, Lehrpersonengruppen, Klassen, weitere Öffentlichkeit
- Ideen:

- Lokale LehrerInnen-Eltern Gesprächsgruppen
- Schilw zum Thema Erziehung
- Referate, Vortragszyklen, Theater
- Flyer / Merkblätter
- Kurse
- Supervisionsangebote
- Elternabende in Klassen zum Thema Erziehung
- evtl. Namensänderung (Namenergänzungen) der kommunalen Stellen
- usw.

- Koordination mit anderen Aktivitäten auf kommunaler Ebene/ Kooperationen

#### Zum Ansatz von Haim Omer

Kinder, Jugendliche und Erwachsene vermissen Halt, Orientierung, Sinnhaftigkeit. Sie entwickeln vermehrt aggressive Bewältigungsstrategien, die wiederum bei den für sie verantwortlichen Bezugspersonen (Eltern, Lehrpersonen) auf keine bekannten Verhaltensmöglichkeiten oder gelerten Muster treffen.

Erziehende erleben verbale und physische Gewalt durch Kinder und Jugendliche. Gleichaltrige sind Gewalterfahrungen ausgesetzt. Die Begegnung mit renitentem, selbst- und fremdzerstörerischem, gewalttätigem Verhalten verstärkt wiederum häufig die erwachsene Hilflosigkeit und verführt zu Reaktionen wie ‚Zurückweichen‘ oder gegenläufig ‚hartem Durchgreifen‘, was dann die Eskalationsdynamik weiter anheizen kann.

In der Schule sind die entsprechenden Phänomene ‚Mobbing‘ und ‚Burnout‘.



In gesellschaftspolitischen Kontexten sind es scheinbar unlösbare Konflikte, die häufig durch Wegschauen, Verdrängen, Resignation, strukturelle oder konkrete Gewaltanwendungen angegangen werden.

Das Konzept der verantwortlichen Präsenz, Positionierung und konstruktiven Konfliktlösung wurde von Haim Omer entwickelt. Sein Erklärungsansatz macht die Destruktivität in Konfliktsituationen verstehbar und zeigt nachhaltig lösungsorientierte Wege zum konstruktiven Dialog auf.

Haim Omer ist Psychologe und lebt in Tel Aviv. Er hat in seiner Arbeit mit hunderten von Familien das Modell

der ‚elterlichen Präsenz‘ erfolgreich entwickelt und seit einigen Jahren auch auf schulische Kontexte übersetzt.



Die Erweiterung des Anwendungsmöglichkeiten auf Gesellschaft und Politik führte dazu, dass Haim Omer Militärs und Polizei auf die Räumung von jüdischen Siedlungen in den besetzten Gebieten vorbereitete. Die Wiederherstellung von Handlungsfähigkeit ohne offene oder verdeckte Gewaltanwendung ist Omers zentral leitender Gedanke, der durch Gandhi inspiriert ist.

**Schulpsychologinnen- und Schulpsychologen-Konferenz des Kantons Luzern**

c/o Fachstelle für Schulberatung, Hirschmattstrasse 25, 6003 Luzern  
041 228 52 66 / spd@lu.ch

Sara Burri  
Mirjam Zimmermann  
Josef Stamm

**Tagung**

**Haim Omer – Autorität durch Beziehung / Autorität ohne Gewalt**

**Samstag, 1. Dezember 2007 in Luzern**

Der Veranstaltungsort ist noch nicht bekannt. Voraussichtlich findet am Morgen das Referat und Übungen mit Haim Omer statt, am Nachmittag werden erste Schritte zur Umsetzung des Konzepts in Schulen und Familien in Gruppen erarbeitet.

**Wie die Schule Kinder und Jugendliche stark machen kann**

oder

„Wachsen an hohen Anforderungen“

*Wie kann die Schule die gesunde Entwicklung der Kinder und Jugendlichen unterstützen? Wie sollte die Beziehung zwischen Lehrperson und den Schülerinnen und Schülern gestaltet sein? Welche schulischen Anforderungen sollen an Kinder und Jugendliche gestellt werden?*

Solchen und weiteren Fragen geht der nachfolgende Beitrag nach. Er knüpft am früheren Artikel in „schule + bildung“ vom September 2005 (s+b, 74. Jahrgang 4/2005) „Grundlagen einer gesunden Entwicklung“ an und vertieft die Thematik am Schwerpunkt Schule.

von Hansheini Fontanive  
Fachpsychologe für Kinder- und Jugendpsychologie FSP

Was **guten Schulunterricht** aus pädagogischer Sicht auszeichnet, zeigen die folgenden fächerübergreifenden Prinzipien:

- effiziente Klassenführung und Zeitmanagement
- Strukturiertheit, Klarheit, Verständlichkeit
- angemessene Methodenvielfalt
- konstruktive Aufgaben- und Fehlerkultur
- motivierendes, lernförderndes Unterrichtsklima
- Förderung aktiven, selbständigen Lernens
- transparente Leistungserwartungen
- sinnstiftendes Kommunizieren, Feedbackkultur

- Förderung sozialen Lernens

Aus **psychologischer Perspektive** werden in diesem Artikel wichtige Themenbereiche im Hinblick auf eine möglichst harmonische Persönlichkeitsentwicklung unserer Kinder und Jugendlichen dargestellt:

### ***Resilienz oder persönliche Widerstandsfähigkeit***

Unter Resilienz versteht man eine psychische Widerstandsfähigkeit von Kindern, von Menschen ganz allgemein, gegenüber biologischen, psychologischen und psychosozialen Entwicklungsrisiken.

Emmy Werner, die Pionierin der Resilienzforschung, konnte - zusammen mit ihrem Team - in einer breit angelegten Längsschnittstudie auf der Insel Kauai (Hawaii) 698 Kinder jeweils im Alter von ein, zwei, zehn, 18, 32 und 40 Jahren untersuchen. Fast jedes dritte Kind hatte von Geburt weg ein Zuhause, das durch folgende belastende Umstände gekennzeichnet war:

- Armut
- Krankheit der Eltern
- Scheidung
- Vernachlässigung
- Gewalt oder Missbrauch.

Trotz widrigsten Umweltbedingungen entwickelte sich jedoch überraschenderweise ein Drittel dieser so genannten Risikokinder (32 Knaben und 40 Mädchen) zu selbstsicheren, leistungsfähigen Erwachsenen, wie die späteren Kontrolluntersuchungen bestätigten. Sie zeichneten sich durch verschiedene positive Eigenschaften aus.

- waren früher schulisch erfolgreich gewesen
- hatten später eine Familie gegründet
- waren sozial eingebunden
- waren durchgängig nicht arbeitslos

- waren nicht mit dem Gesetz in Konflikt geraten
- waren nicht auf soziale Unterstützung angewiesen.

Interessant war somit die Forschungsfrage, weshalb sich diese Kinder, trotz einer sehr belastenden Kinder- und Jugendzeit, zu erfolgreichen Erwachsenen entwickelt hatten. Offenbar gibt es auch risikomindernde, so genannte **Schutzfaktoren**. Noch sind aber nicht alle Mechanismen geklärt, wie sich Risiko- und Schutzfaktoren gegenseitig beeinflussen.

Bisher konnten eine ganze Reihe von Schutzfaktoren nachgewiesen werden:

### ***Persönliche Schutzfaktoren***

Diese Kinder..

- waren von Geburt an freundlich, aktiv, gutmütig und kaum aus der Ruhe zu bringen
- waren bereits im Vorschulalter durch ihre Unabhängigkeit und ihre Lust, Probleme eigenständig zu lösen, aufgefallen
- hatten eine vertrauensvolle Beziehung zu mindestens einer Bezugsperson ausserhalb ihres familiären Umfeldes
- beeindruckten in der Unterstufe der Schule mit ihrer Kommunikationsfreude
- waren leistungsorientiert, ehrgeizig und überzeugt davon, dass sie ihr Leben positiv beeinflussen können
- schätzten belastende Ereignisse realistisch ein und sie versuchten, eigenständig damit umzugehen
- empfanden die Schule als wichtige Nische, als Zufluchtsort vor einer problematischen häuslichen Situation
- waren vielfach religiös
- hatten das Gefühl, etwas zu taugen und etwas zu können.

Andere Forscher stiessen auf ähnliche Schutzfaktoren wie Emmy Werner in

ihrer Studie. Friedrich Lösel zieht z.B. in der „Bielefelder Studie“ folgendes Fazit:

Resiliente Kinder sind kontaktfreudiger, aufgabenorientierter, leistungsmotivierter und aktiver in der Auseinandersetzung mit Alltagsproblemen als andere. Sie schätzen sich als weniger hilflos ein und haben das Gefühl, mit ihren Handlungen etwas verändern zu können.

Ausschlaggebend war für sie zudem:

- dass sie einen Menschen hatten, der ihnen vorlebte, wie man Probleme löst
- dass sie gefordert wurden
- dass sie früh im Leben gelernt hatten, Verantwortung für sich und andere zu übernehmen.

### ***Schulische Schutzfaktoren***

Schulischen Schutzfaktoren entwickeln sich, wenn:

- die Schüler mit einem hohen, aber angemessenen Leistungsstandard konfrontiert werden
- den Schülern verantwortungsvolle Aufgaben übertragen werden
- es klare, konsistente (widerspruchsfreie) Regeln gibt
- Schüler häufig für ihre Leistungen und ihr Verhalten verstärkt werden in Form von konstruktivem Feedback, Anerkennung, Lob und Ermutigung
- Möglichkeiten des kooperativen Lernens und der Partizipation bestehen
- Lehrer sich um ihre Schüler sorgen und aktives Interesse an ihnen signalisieren
- Lehrer respekt- und verständnisvoll den Schülern begegnen
- positive Peerkontakte (Kontakte mit Gleichaltrigen) bestehen
- eine enge Zusammenarbeit mit dem Elternhaus und anderen sozialen Einrichtungen besteht
- Schulsozialarbeit und weitere Förderangebote verankert sind

- außerschulische Aktivitäten organisiert werden (z.B. Projektstage, Exkursionen, Sportveranstaltungen usf.)
- insgesamt ein wertschätzendes Schulklima vorherrscht.

Von solchen Bedingungen geht ein **protektiver** (schützender) **Effekt** aus, der den Aufbau von **Selbstwirksamkeit** (Gewissheit, neue oder schwierige Anforderungen auf Grund eigener Kompetenzen bewältigen zu können) und die Entwicklung eines **positiven Selbstbildes** unterstützt.

Weiter tragen diese Faktoren zur Entwicklung von **Konflikt- und Problemlösefertigkeiten**, von **internalen Kontrollüberzeugungen** (Vertrauen in die eigenen Fähigkeiten) und **sozialen Kompetenzen** bei. Zudem wird die Entstehung eines **Kohärenzgefühls** begünstigt. Dies ist das Gefühl, dass die eigene Lebenswelt durchschaubar ist (Verstehbarkeit) und genügend eigene Ressourcen zur Lebensbewältigung vorhanden sind (Handhabbarkeit), so dass es sich lohnt, sich den Herausforderungen des Lebens zu stellen (Sinnhaftigkeit).

Im Folgenden werden wichtige **Aspekte** vorgestellt, **wie die Schule mithelfen kann**, die oben erwähnten **Schutzfaktoren zu entwickeln**, damit sich unsere Kinder und Jugendlichen zu möglichst harmonischen, kompetenten, ihre Potenziale optimal ausschöpfenden jungen Menschen entwickeln können:

### Wohlbefinden

Gute Schulleistungen und das Wohlbefinden der Schülerinnen und Schüler sind keineswegs gegenläufige Ziele im Schulalltag. Vier Unterrichtsmerkmale hängen besonders stark mit dem Wohlbefinden der Schülerinnen und Schüler zusam-

men. Kinder und Jugendliche fühlen sich umso wohler in der Schule, je mehr die Lehrkräfte:

- sich um die Motivation der Schülerinnen und Schüler bemühen
- sich schülerorientiert verhalten
- eine entwickelte Aufgabenkultur pflegen
- durch eine effiziente Klassenführung günstige Rahmenbedingungen für die Qualität des Unterrichts setzen.

Als zentral im Hinblick auf eine möglichst günstige Entwicklung der Kinder und Jugendlichen wird die Gestaltung der Beziehungen innerhalb von Familie und Schule erachtet.

### Gute Beziehungsgestaltung

Eine gute Klassenführung basiert u.a. auf einer guten Beziehung (Rapport) zwischen Lehrperson und Schülerinnen und Schülern, also dem möglichst wohlwollenden (funktionalen) kom-

munikativen Verhalten aller Partner untereinander. Die Kommunikationspartner sind intensiv aufeinander bezogen und bereit, sich gegenseitig beeinflussen zu lassen. Die gegenseitige Bezogenheit ist die Basis jeder konstruktiven und wirkungsvollen beruflichen Kommunikation. Die funktionale Kommunikation ist deshalb ein äußerst wichtiger Eckpfeiler der Professionalität einer Lehrperson.

Besteht eine gute Beziehungskultur im Schulzimmer, lernen die Schülerinnen und Schüler leichter. Erfolgreiche Lehrpersonen erachten es deshalb als eine ihrer Kernaufgaben, die unterschiedlichsten Schülerinnen und Schüler akzeptierend und vorurteilsfrei mit Hilfe eines guten Rapports zu erreichen, damit diese vom Unterricht optimal profitieren können.

Ob andererseits die Lehrperson von den Schülerinnen und Schülern respektiert wird, hängt entscheidend davon ab, wie die Lehrperson die sozialen Interaktionen mit ihnen gestaltet.

### Selbstkonzept, Ängstlichkeit und Leistung

Die Wichtigkeit eines positiven Selbstkonzepts (inneres Bild von der eigenen Person) im Zusammenhang mit der schulischen Leistungsfähigkeit kann nicht genug betont werden. So stellt der schulische Wettbewerb für Schülerinnen und Schüler mit einem problematischen Selbstkonzept (Zuschreibung von geringeren Fähigkeiten), eine ständige Bedrohung des Selbstwertes dar. Ein stark auf Wettbewerb ausgerichtetes Schulklima erzeugt bei diesen Kindern und Jugendlichen vielfach Ängste. Die Angst ihrerseits beeinträch-



tigt direkt die Qualität der Informationsverarbeitung, also des Denkens. Dies führt in der Regel zu verminder-ten Leistungen.

### **Sozialer Vergleich, Bezugs- und individuelle Norm**

In der Schule erfolgen soziale Begegnungen verschiedenster Art, die für unser emotionales Erleben von gröss-ter Wichtigkeit sind. Gleichzeitig finden vielfach soziale Vergleiche statt. Sie werden insbesondere dann vorgenommen, wenn wir bezüglich unserer Meinungen unsicher sind. Wer mit der Gruppenmeinung, - einstellung usf. nicht gleichzieht, läuft zudem Gefahr, aus der Gruppe ausge-schlossen zu werden.

Schülerinnen und Schüler müssen lernen, konstruktiv mit sozialen Ver-gleichen umgehen zu können. Sie müssen z.B. lernen, die Relativität von Leistungsbewertungen zu erken-nen. Leistungen sind immer relativ zur jeweiligen Bezugsgruppe. Die Leistungen sind auch relativ zum eigenen, momenta-nen Entwicklungs-stand. Vor allem sind sie nicht sta-bil, sondern verän-derbar. Leistungen sollten an der indi-viduellen Bezugs-norm gemessen werden. So kann beispielsweise vermieden werden, dass sich eine gute Schülerin, ein guter Schüler immer als gut, schwä-chere sich immer als schlecht erleben. Lehrpersonen, welche eine individuel-le Bezugsnorm als Motivationsanre-gung verwenden, wirken fördernd auf die Leistungsmotivation der Schüle-rinnen und Schüler, auf deren Lerner-

folg und auf die Entwicklung eines positiven Selbstkonzepts.

### **Förderung von Selbstvertrau- en und sozialen Kompetenzen**

Selbstvertrauen und soziale Kompe-tenzen können auf jeder Schulstufe gefördert werden. Es besteht bekannt-lich eine direkte Beziehung zwischen dem Selbstwertgefühl und der Ver-wirklichung eigener Entwicklungs-möglichkeiten. Auch weitere Fähig-keiten wie die Empathie (Bereitschaft und Fähigkeit, sich in andere Men-schen einzufühlen) oder die Vermeidung von Gewalt (Gewaltprävention) können mit nachhaltigem Erfolg trainiert werden. Im sozialen Bereich, inklusive der Prävention und dem konstruktiven Umgang mit sozialen Konflikten, stehen einer Lehrperson eine ganze Reihe erprobter Trainings-programme zur Verfügung. Siehe dazu die Angaben im Literaturver-zeichnis.



### **Selbstwirksamkeit ermöglichen**

Als Selbstwirksamkeit wird der Glau-ben an die eigenen Fähigkeiten be-zeichnet, die notwendig sind, um künftige Handlungen zu planen und

Situationen sicher meistern zu kön-nen. Dieser Glaube an die eigenen Fähigkeiten hängt dabei stark von den Erfahrungen ab, die eine Schülerin oder ein Schüler im bisherigen Leben gemacht hat.

Selbstwirksamkeitsfördernde Quellen sind:

- **Erfahrungen**, etwas zu können („Ich hab`s geschafft!“)
- **Lernen von Vorbildern** („Was der/die kann, kann ich auch!“)
- **Ermunterung und Zuspruch**, sei es durch die Lehrperson, die Mit-schüler oder andere
- **Positive Einstellung** („Ich versuche es trotzdem.“ „Packen wir es an!“)
- **Bewusstheit und Einsicht** („So hat es das letzte Mal funktioniert.“ „Das waren meine bisherigen Beiträge zum Gelingen.“)

Wer die Überzeugung besitzt, aus eigenen Stücken etwas bewirken zu können, wird seine Kräfte eher mobi-lisieren und allenfalls sogar über sich hinauswachsen. Den Lehrpersonen kommt bei der Entwicklung von Selbstwirksamkeit eine herausra-gende Bedeutung zu. Sie sollten sich als Katalysatoren, in diesem Zusammenhang also als Fachper-sonen verstehen, die für die Schüle-rinnen und Schüler möglichst opti-male Lernumgebungen schaffen. Ihr Ziel sollten eigenständige, leis-tungsfreudige und selbstbewusst Lernende sein. Lernende, die fest daran glauben, auch schwierige Aufgaben aus eigener Kraft meis-tern zu können.

### **Zusammenfassung und Folgerungen**

Als günstig für das Lernen und für eine möglichst harmonische Persön-lichkeitsentwicklung sind aus psycho-logischer Sicht für unsere Kinder und Jugendliche die nachfolgenden Punkte zentral.

Eine **entwicklungsfördernde Schule** zeichnet sich u.a. durch folgende Merkmale aus:

- die Schülerinnen und Schüler werden in ihrer Einzigartigkeit **bedingungslos akzeptiert** und in die Schulgemeinschaft **integriert**
- das soziale Klima zeichnet sich durch **Wertschätzung, Wohlwollen und Offenheit** aus
- es gelten **klare, transparente und konsistente Regeln** für den gegenseitigen Umgang
- es herrscht eine wohlwollende **Feedbackkultur**, die den Aufbau eines positiven Selbstkonzepts begünstigt und Ängste minimiert
- es gilt eine **individuelle Bezugsnorm**; Selektion ist nicht ein Hauptziel
- die Schülerinnen und Schüler werden an **hohe**, jedoch individuell angepasste **Leistungsstandards herangeführt**
- Schülerinnen und Schüler mit besonderen Bedürfnissen werden **niederschwellig, durch geeignete und verschiedenartige Fördermassnahmen intensiv unterstützt und gefördert**
- die Kinder und Jugendlichen **lernen** schon früh, ebenfalls individuell angemessen, **Verantwortung zu übernehmen**
- die Lehrpersonen setzen auf eine **harmonische Persönlichkeitsentwicklung** ihrer Schülerinnen und Schüler
- den Schülerinnen und Schülern wird vermittelt, **wie (effizient) gelernt werden muss**
- die **Zusammenarbeit mit dem Elternhaus ist institutionalisiert** und erfolgt in partnerschaftlicher Weise
- die **Aus- und Weiterbildung der Lehrpersonen ist**, neben dem Fachstudium, **stark auf die Persönlichkeitsentwicklung** und die Entwicklung **kommunikativer Kompetenzen ausgerichtet**.

Eine solche Schule wird die Kinder und Jugendlichen zu starken, harmonischen Persönlichkeiten erziehen, die ihre Potenziale, ihrer Eigenart gemäss, auch umsetzen können.

#### Verwendete Literatur

- Fuchs Carina (2006). **Anstiftung zum Lernerfolg**. Oder: Was Lehrende tun, wenn sie nicht lehren. Bern: h.e.p. verlag ag.
- Kobler Hans Peter (2006). **Lehren mit Freude**. Schlüssel zum erfolgreichen Unterricht. Bern: Haupt.
- Mietzel Gerd (1998). **Pädagogische Psychologie des Lernens und Lehrens**. Göttingen: Hogrefe, 5. vollst. überarb. Auflage.
- Schnotz Wolfgang (2006). **Pädagogische Psychologie**. Workbook. Weinheim: Beltz.
- Rollin Marion (2006). **Mein Mut war grösser als meine Angst**. In: GEO Wissen, Nr. 37, 48 – 55.
- Steins Gisela (2005). **Sozialpsychologie des Schulalltags**. Das Miteinander in der Schule. Stuttgart: Kohlhammer.
- Hascher Tina (Hrsg.) (2004). **Schule positiv erleben**. Ergebnisse und Erkenntnisse zum Wohlbefinden von Schülerinnen und Schülern. Bern: Haupt.
- Wustmann Corina (2004). **Resilienz**. Widerstandsfähigkeit von Kindern in Tageseinrichtungen fördern. Weinheim: Beltz.

#### *Programme zur Förderung sozialer Fertigkeiten:*

- Cierpka Manfred (Hrsg.) (2001). **Faustlos**. Ein Curriculum zur Prävention von aggressivem und gewaltbereitem Verhalten bei Kindern der Klassen 1 bis 3. Göttingen: Hogrefe.
- Akin Terri u.a. (2000). **Selbstvertrauen und soziale Kompetenz**. Übungen, Aktivitäten und Spiele für Kids ab 10. Mülheim an der Ruhr: Verlag an der Ruhr.
- Bieg S. / Behr M. (2005). **Mich und Dich verstehen**. Ein Trainingsprogramm zur emotionalen Sensitivität bei Schulklassen und Kindergruppen im Grundschul- und Orientierungsstufenalter. Göttingen: Hogrefe.

© Hansheini Fontanive

#### *Rückschau Weiterbildung...*



*Online – Abhängig oder gut beraten?*



*Weiterbildung 3. November 2006*



*@Generation zwischen...*



*...Risiko und Chance.*



## Öffentliche Veranstaltung des vipp und des VPZ zum Thema "Sexualität und Beziehung"

Referat mit anschliessendem Podiumsgespräch unter Miteinbezug der Theatergruppe "Theaterkoffer"

**Donnerstag, 22. März 2006 / 19.30 Uhr / Bahnhofgebäude Luzern**

Referentin: Ingrid Hülsmann ([www.lili.ch](http://www.lili.ch))

Moderator: Marco Thomann (Radio Pilatus)

## vipp-WEITERBILDUNGSZYKLUS 2006/2007

<b>12. Januar 2007</b>	<b>Erziehung – Humanisierung des Menschen...</b>	mit Roland Neyerlin u.a. vipp-Mitglieder
<b>02. Februar 2007</b>	<b>Wie kann Integration gelingen?</b>	mit Michael Eckhart
<b>23. März 2007</b>	<b>Verhaltensauffälligkeiten in der Schule meistern</b>	mit Walter Minder
<b>22. Juni 2007</b>	<b>PraxisforscherInnen-(Halb-)Tag</b>	

*Die Veranstaltungen finden im Romerohaus Luzern, Kreuzbuchstrasse 44 statt.*

Die Weiterbildungen des vipp richten sich an alle Mitglieder des Verbands der Innerschweizer Psychologinnen und Psychologen. Auch Mitglieder verwandter Berufsgruppen und Institutionen (VPZ, KJPD usw.) sowie Psychologinnen und Psychologen aus anderen Regionen sind zu den Veranstaltungen eingeladen.

*Die Veranstaltungen können als Modul der Postgrad-Weiterbildung SKJP für den Fachtitel „FachpsychologIn für Kinder- und Jugendpsychologie FSP“ angerechnet werden.*

**Programm und Anmeldeunterlagen:** Weiterbildungsgruppe vipp, Tel. 041 228 52 66

## VORSCHAU AUF BEREITS BEKANNTE vipp-DATEN

<b>Vorstandssitzung des vipp:</b>	05. März 2007
<b>Redaktionsschluss PSYCHOFAX Nr. 23:</b>	25. März 2007
<b>28. ordentliche Mitgliederversammlung:</b>	04. Mai 2007 (Einladung folgt)



Sandra Widmer  
s.widmer.blass@bluewin.ch

**Homepage / Ersatzdelegierter FSP:**  
Kurt Zwimpfer, kurt.zwimpfer@ksl.ch

**Praxisforschung:** Marie-Theres Habermacher, Josef Stamm, Markus Bründler, markus.bruendler@ow.ch

**vipp-Kontaktperson zu NLZ-Ratgeber:** Ulla Eggenschwiler, ulegenschwiler@bluewin.ch

### Vorstand

#### **Präsident / Aktuelles / Kontakte:**

Beat Spitzer  
beat.spitzer@ur.ch

#### **Aktuarin / Mitglieder:**

Eva Rothenbühler  
eva.rothenbuehler@bluewin.ch

#### **Finanzen / PR-Verantwortliche:**

Margareta Reinecke  
margareta.reinecke@psychologie.ch

#### **Berufspolitik:**

Priska Fritsche  
p.fritsche@bluewin.ch

Cilly Kupper  
cilly.kupper@lu.ch

### **Chargierte des vipp**

*(Kontaktpersonen unterstrichen)*

#### **Revisorinnen:**

Sylvia Amstutz, RuthENZ

#### **Delegierte FSP:**

Marianne Lätsch

#### **Delegierte IRK-SKJP:**

Sylvia Amstutz  
sylvia.amstutz@stadtluzern.ch

#### **Weiterbildungsgruppe (WG):**

Karin Brantschen, Stefan Christen, Brigitte Stucki, RuthENZ, Hansheini Fontanive, Josef Stamm, josef.stamm@lu.ch

### **Anderes**

- **Präsidium SKJP:** Otto Eder
- **Geschäftsstellenleiter SKJP:** Josef Stamm
- **Präsident Anerkennungskommission-SKJP (Fachtitel):** Markus Bründler
- **Präsidentin Weiterbildung SKJP:** RuthENZ
- **Berufsordnungskommission (BOK) der FSP:** Karin Brantschen
- **Kommission Plus:** M.-Th. Habermacher
- **Kontakt zur IHG:** Bea Maag
- **Redaktor Psychofax:** Markus Bründler