

Editorial

Die Covid-19-Pandemie führt zu veränderten Lehr-Lernsettings in Schulen: An einen Regelbetrieb war und ist weder für Schüler/innen noch für Lehrer/innen und Schulleiter/innen zu denken. Nach anfänglichen Schwierigkeiten konnten jedoch in den Monaten vor der Sommerpause vielerorts gangbare Lösungen gefunden werden. Das führte dazu, dass ein anderes Thema in den Fokus der öffentlichen Debatte rückte: **die psychische und physische Gesundheit der Schüler/innen**.

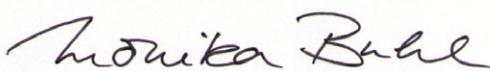
Diesem Thema, das mit der Leitperspektive „Prävention und Gesundheitsförderung“ auch im aktuell gültigen Bildungsplan des Landes Baden-Württemberg verankert wurde, widmet sich die vorliegende Ausgabe. Als zentrale Lern- und Handlungsfelder werden dort die Fähigkeit zur Selbstregulation, zum ressourcenorientierten Denken und Problemlösen sowie zum wertschätzenden Kommunizieren und Handeln genannt. Soziale Kontakte und Beziehungen aufzubauen, zu halten sowie Konflikte und Stress lösungsorientiert bewältigen zu können, sind Fähigkeiten, die es zu fördern gilt.

Vor diesem Hintergrund erläutert **Hartmut Rosa** im Interview mit LEHREN & LERNEN zum Thema „Resonanzerleben als Stärkung der Selbstwirksamkeit“, wie in Schule und Unterricht durch Resonanz förderliche Beziehungen aufgebaut, Bildungserlebnisse angestoßen und durch eine gesunde Entwicklung der Schüler/innen ihre psychische Gesundheit gefördert werden können. **Monika Buhl** stellt Ergebnisse aus einer deutschen und einer internationalen Gesundheitsmonitoring-Studie zum Gesundheitserleben, zur Lebenszufriedenheit und zur schulischen Belastungssituation von Kindern und Jugendlichen vor, in denen die Abhängigkeit vom sozio-kulturellen Hintergrund stark hervortritt.

Sascha Lieneweg und **Maximilian von Heyden** präsentieren mit „Rebound – ein Schulentwicklungsprogramm zur Förderung von Schülergesundheit“ ein Programm zur Förderung von Lebens- und Risikokompetenzen im Umgang mit Alkohol und anderen Drogen. **Marie Ottilie Frenkel** stellt in ihrem Beitrag „Gesunde Schule, achtsame Schule?“ die schulische Praxis ihres Heidelberger Trainingsprogramms „8-sam“ vor, in dem die Schüler/innen Aufmerksamkeitslenkung und Emotionssteuerung lernen und so ihr Wohlbefinden in der Schule erhöhen.

Anja Lintner und Kolleginnen berichten von ihrem Heidelberger Projekt „Be balanced – be SAVE! – Suizidprävention an Schulen“, das ein Fortbildungsprogramm für Lehrpersonen mit einem Selbstregulierungsprogramm für Schüler/innen verbindet. Im Anschluss gibt **Gitta Reuner** in ihrem Beitrag „Psychische Gesundheit bei chronisch somatisch kranken Schüler/innen – ein Thema für die Schule“ Hinweise auf den Umgang mit somatisch chronisch kranken Kindern in der Schule. Die Erkrankungen erfordern bestimmte Einschränkungen im Lebensalltag der Kinder, und die deshalb ihnen abverlangten Anpassungsleistungen erhöhen für diese Kinder das Risiko für psychische Belastungsstörungen. Für Lehrpersonen sind deshalb vertiefte Kommunikationsbeziehungen im familialen und therapeutischen Umfeld der Kinder angesagt.


Karl Gebauer weist auf einen meist übersehenen Aspekt bei Mobbing hin: „Mobbing: Diktatur im Klassenzimmer?“ Denn: Mobbing ist nicht bloß irgendeine Art von psycho-sozialem Fehlverhalten, sondern eine Strategie der Machtübernahme in einer Schulklasse mit dem Ziel der Zerstörung eines Menschen, Mobbing ist eine Gewalttat. Der vorliegende Beitrag analysiert die Rollen der Täter, der Opfer und der Mitläufer und zeigt die Voraussetzungen einer Mobbing verhindernden Beziehungskultur zwischen Schulleitung, Lehrpersonen und Schüler/innen.



Prof. Dr. Monika Buhl



Prof. Dr. Volker Reinhardt

Mitglieder des Redaktionsbeirats
 zuständig für das Thema dieses Heftes

buhl@ibw.uni-heidelberg.de
 volker.reinhardt@ph-freiburg.de

Gesund durch die Schulzeit?

Präventions- und Interventionsansätze für Schülerinnen und Schüler

Hartmut Rosa, Volker Reinhardt

Resonanzerleben als Stärkung der psychischen Gesundheit durch Selbstwirksamkeit und Bildungserlebnisse

Hartmut Rosa erläutert im Interview mit Volker Reinhardt seinen Ansatz einer Resonanztheorie und der Anverwandlung der Lebenswelt als Gegenkonzept zu Entfremdungstendenzen. Rosa weist darauf hin, dass in Schule und Unterricht durch Resonanz förderliche Beziehungen aufgebaut, Interesse und Motivation geweckt, Bildungserlebnisse und -prozesse angestoßen werden und dadurch eine gesunde Entwicklung und psychische Gesundheit von Kindern und Jugendlichen gefördert wird.

► Stichwörter: [Resonanz](#), [Schülergesundheit](#), [Selbstwirksamkeit](#), [Bildungserlebnisse](#), [Entfremdung](#)

Monika Buhl

Schülergesundheit

Empirische Befunde zu gesundheitsbezogenen Erlebnisdimensionen Heranwachsender

Der vorliegende Beitrag gibt einen Einblick in die empirische Befundlage zur psychischen Gesundheit von Kindern und Jugendlichen. Hierzu werden Ergebnisse aus zwei zentralen Studien des Gesundheitsmonitorings vorgestellt: die KIGGS-Studie (Studie zur Gesundheit von Kindern und Jugendlichen in Deutschland) und die internationale HBSC-Studie (Health Behaviour in School-aged Children). Ausgewählt wurden Befunde, welche für die Arbeit an Schulen von Bedeutung sind und Anknüpfungspunkte für präventive Angebote und Interventionen bieten.

► Stichwörter: [Schülergesundheit](#), [KIGGS-Studie](#), [HBSC-Studie](#), [Gesundheitsmonitoring](#)

REBOUND – ein Schulentwicklungsprogramm zur Förderung von Schülergesundheit

REBOUND ist ein praxiserprobtes und evaluiertes Lebens- und Risikokompetenzprogramm für Jugendliche und junge Erwachsene ab 14 Jahren, das gegenwärtig in elf Bundesländern und in Luxemburg umgesetzt wird. Am Beispiel des Umgangs mit Alkohol und anderen Drogen werden Jugendliche zur Entwicklung wichtiger Sozial- und Selbstkompetenzen angeregt und an ein Leben in Achtsamkeit und Verantwortung herangeführt. Das von weitergebildeten Fachkräften begleitete Programm trägt nachweislich zu einem geringeren Risikoverhalten bei und unterstützt bei der erfolgreichen Bewältigung der beim Übergang ins Erwachsenenalter gestellten Entwicklungsaufgaben.

► Stichwörter: [Sozialkompetenz](#), [Selbstkompetenz](#), [Medienkompetenz](#), [Entwicklungsaufgaben im Jugendalter](#), [Selbstverantwortung](#), [Risikoverhalten](#), [Achtsamkeit](#)

Marie Ottilie Frenkel

Gesunde Schule, achtsame Schule? ¹

Potenziale von Achtsamkeitsprogrammen für die Stressprävention und Gesundheitsförderung bei Kindern und Jugendlichen in der Schule am Beispiel des Heidelberger Trainingsprogramms „8-sam“

Durch die gezielte Förderung der Selbstregulation kann im Rahmen präventiver Programme eine Steigerung der Gesundheit und des Wohlbefindens von Kindern und Jugendlichen erfolgen. Einen innovativen Zugang bieten Achtsamkeitsprogramme in Schulen, die Heranwachsende an bewusste Aufmerksamkeitslenkung heranführen und ihnen Strategien zur Emotionsregulation vermitteln, mit deren Hilfe sie lernen, gelassener mit Stress umzugehen. Wie Schule die Schülergesundheit mittels Achtsamkeit fördern kann, wird anhand des Heidelberger Trainingsprogramms „8-sam“ gezeigt.

► Stichwörter: [Achtsamkeit](#), [Aufmerksamkeit](#), [Stressprävention](#), [Schülergesundheit](#), [Selbstregulation](#)

Anja Lintner, Theresa Rohrbach,
Katharina Bockhoff, Simone Bruder, Silke Hertel

Be balanced – be SAVE!

Suizidpräventionsprogramm an Schulen für Lehrpersonen und Schüler/innen. Bericht vom Heidelberger Programm

Jugendliche sehen sich im Laufe ihrer Entwicklung mit Krisen und Umbrüchen konfrontiert, deren Bewältigung häufig eine große Herausforderung darstellen. Solche Krisen können weitreichende Konsequenzen für die Betroffenen haben und bei Jugendlichen zu suizidalen Gedanken führen. Suizid ist die zweithäufigste Todesursache bei Jugendlichen im Alter zwischen 15 und 20 Jahren. Der Artikel erläutert die Praxis des Heidelberger Suizidpräventions-Programms, das Lehrerfortbildung mit Selbstregulierungsangeboten für Schüler/innen kombiniert.

► Stichwörter: [Suizidalität](#), [Suizidprävention](#), [Selbstregulierung](#), [Lehrerfortbildung](#)

Psychische Gesundheit bei chronisch somatisch kranken Schüler/innen – ein Thema für die Schule

Chronische somatische Krankheiten bei Kindern und Jugendlichen stellen für die Heranwachsenden und ihre Familien eine große Herausforderung dar. Diese zeigt sich im Zusammenhang mit dem erstmaligen Auftreten der Erkrankung, der Diagnose sowie im alltäglichen Umgang mit möglichen Einschränkungen, regelmäßigen Untersuchungen und kompensatorischen Heilmaßnahmen. Dies kann bei den Heranwachsenden zu psychischen Belastungen führen, woraus sich für die Schule Herausforderungen ergeben.

► Stichwörter: [Schülergesundheit](#), [psychische Gesundheit](#), [chronische somatische Krankheit](#)

Mobbing: Diktatur im Klassenzimmer?

Das nicht wahrgenommene Phänomen einer Machtübernahme

Mobbing hat eine individuelle, soziale und politische Dimension. Mobbing ist nicht bloß irgendeine Art von psycho-sozialem Fehlverhalten, sondern eine Strategie der Machtübernahme in einer Schulklasse mit dem Ziel der Zerstörung eines Menschen, Mobbing ist eine Gewalttat. Deshalb ist höchste Alarmstufe angesagt, sobald sich Mobbing-Phänomene in einer Schulklasse zeigen. Der vorliegende Beitrag analysiert die Rollen der Täter, der Opfer und der Mitläufer, macht Vorschläge, wie Mobbing entgegengetreten werden kann und muss, und zeigt die Voraussetzungen einer Mobbing verhindernden Beziehungskultur zwischen Schulleitung, Lehrpersonen und Schüler/innen.

► Stichwörter: [Mobbing](#), [Schulkultur](#), [pädagogische Beziehungen](#)