



Empowerment im Klassenzimmer

Entwicklung von Interventionen zur Gesundheitsförderung
an zwei Wittener Gesamtschulen nach dem Positive Health-Konzept

Beitrag zum Community Health Kongress 2024

von

Heike Bergemann, Ralf Maurer und Schüler:innen der Holzkamp Gesamtschule Witten

Gefördert durch:



Otto-Schott-Gesamtschule
Zusammen. Leben. Lernen.



Agenda

1. Fragestellung



2. Positive Health



3. Planungsprozess



4. Ergebnisse, Erfahrungen, Ausblick



Gefördert durch:

Fragestellung



Warum setzen
Patient:innen Ratschläge
zu gesundheitsförderndem
Verhalten nicht um?

A cartoon illustration of a doctor with a large nose and glasses, wearing a white lab coat, standing with his hand on his chin in a thinking pose. A large red question mark is next to him, with three small yellow circles leading to a large yellow thought bubble.



Warum nehmen
Schüler:innen „gesunde
Angebote“ nicht an?

A cartoon illustration of a teacher with glasses, wearing a white shirt and a dark tie, standing with his hand on his chin in a thinking pose. A large brown question mark is next to him, with three small green circles leading to a large green thought bubble.

Positive Health – Das alternative Gespräch über Gesundheit

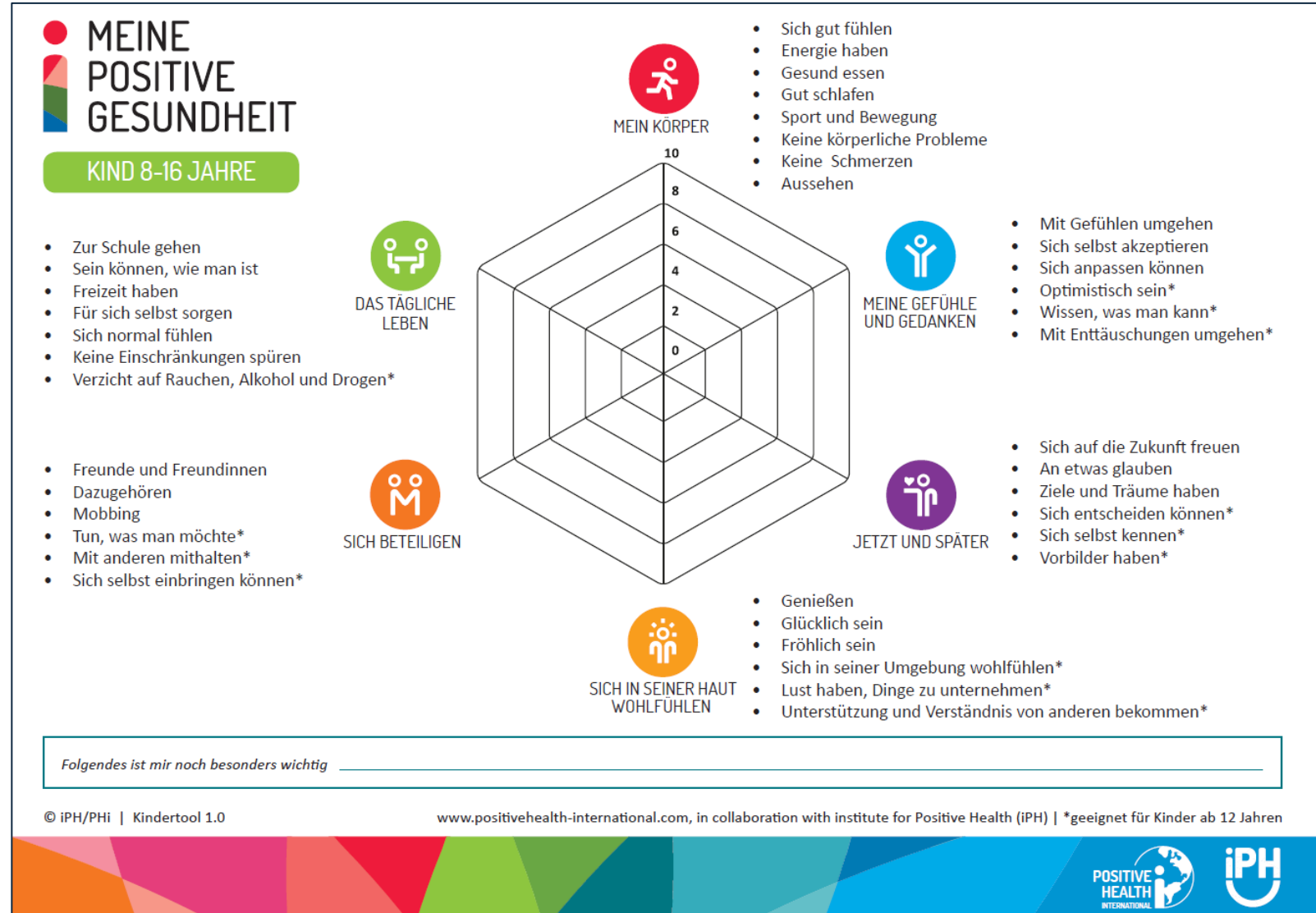
Ressourcenorientiert über Gesundheitsthemen sprechen - Erfahrungen austauschen – eigene Gefühle, Ressourcen und Talente entdecken - Handlungsstrategien für gesundheitsförderndes Verhalten entwickeln!

Drei Fragen:

1. Wie geht es Dir?
2. Was ist für Dich wichtig? Was willst Du erreichen?
3. Was brauchst Du, um Deine Ziele zu erreichen? Was hindert Dich?

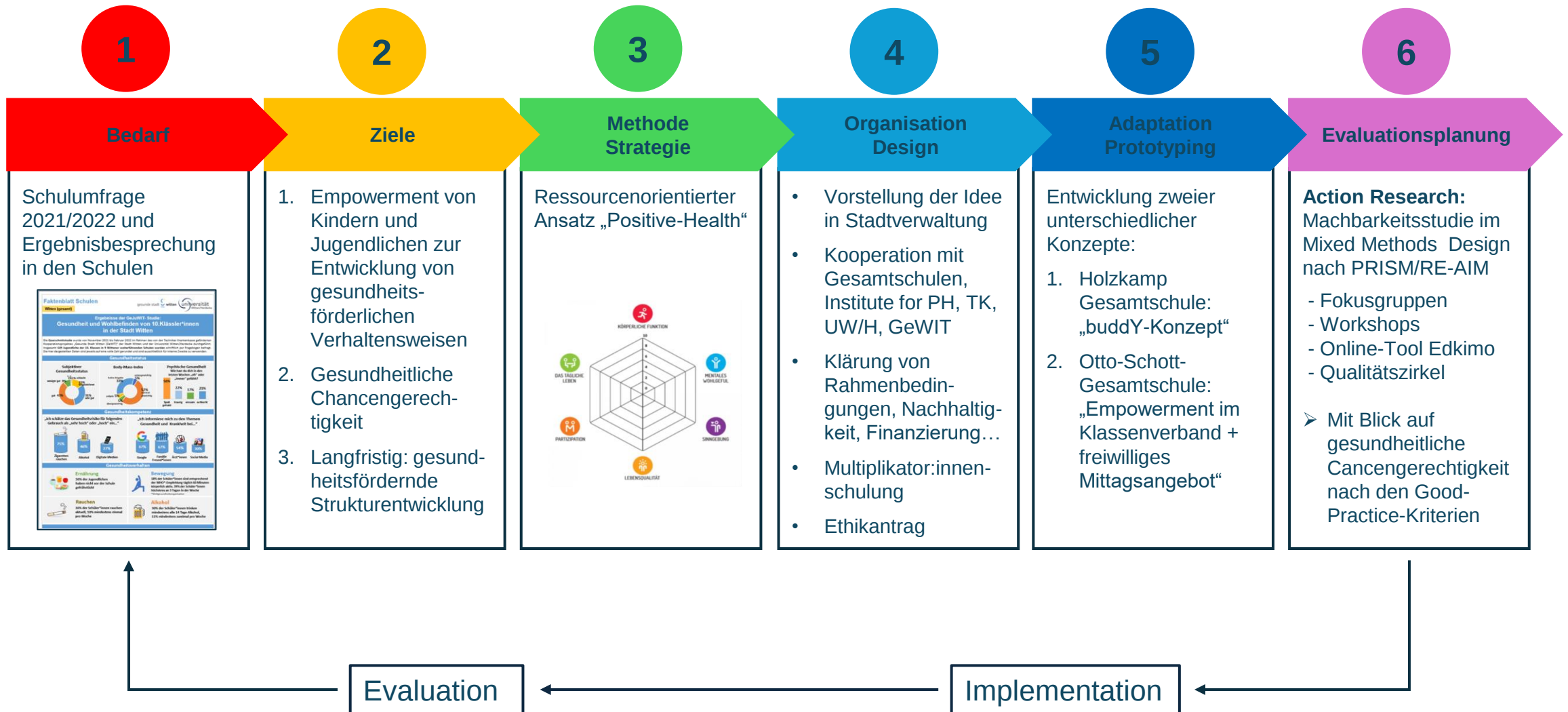
Begleitthemen (Beispiele):

- Sich im eigenen Körper gesund, wohl und glücklich fühlen
- Mit dem richtigen Essen besser lernen
- Mentale Stärke: Eine Kraft, die dich stark macht!
- So sprechen, dass andere gerne zuhören
- Wie man Freunde gewinnt
- Stress und Ärger mit Freunden, Eltern, Geschwistern lösen
- Die Kraft der Komplimente



Planungsprozess - angelehnt an das Intervention Mapping

Wie lassen sich passgenaue und nachhaltige Interventionen für zwei Wittener Gesamtschulen entwickeln, die den 'Positive Health'-Ansatz zur Verbesserung der Selbstwirksamkeit und Gesundheitskompetenz von Schüler*innen nutzen?



Planungsprozess: Zwei Schulen – Zwei unterschiedliche Konzepte

buddY-Projekt

- Peer-to-Peer-Projekt
- 12-15 buddYs aus der 9. Klasse werden wöchentlich 6 Wochen in „Positive-Health“ gecoacht und erproben die Wirkung an sich selbst
- danach sprechen sie mit 6. Klässler*innen im Tandem über die Dimensionen von Gesundheit und unterstützen sie bei kleinen Gesundheitsvorhaben und sind Ansprechpartner:innen
- Ein Kinder- und Jugendcoach und buddY-Coaches (Lehrkräfte) agieren im Hintergrund
- im Anschluss an jede Sitzung findet eine gemeinsame Reflexion statt

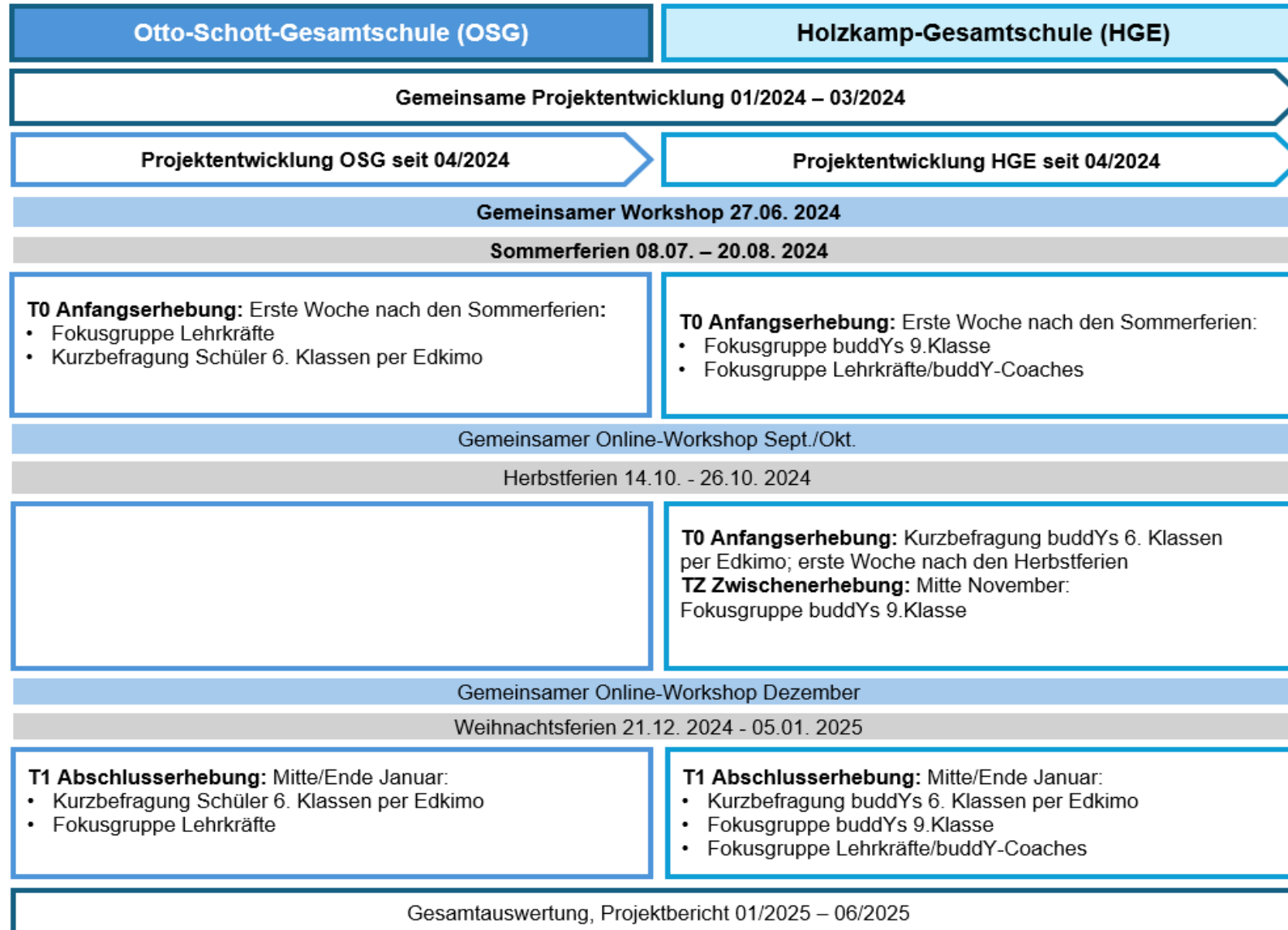


Empowerment im Klassenzimmer



- 6. Klässler*innen lernen im Klassenverband „Positive Health“ kennen (5-mal à 2 Stunden über 20 Wochen)
- Gemeinsam sprechen sie über die Dimensionen von Gesundheit, tauschen Erfahrungen aus, planen kleine Gesundheitsvorhaben und setzen sie um
- Anleitung durch Lehrkräfte und einen Kinder- und Jugendcoach
- Zusätzliches offenes (Gesundheits-) Gruppengebot in der Mittagspause mit wechselnden Themen und Einbindung externer Sozialraumakteure

Evaluation



Erste Ergebnisse

- Wenn Du das Wort „Gesundheit hörst, an was musst Du da denken?



6. Klasse



9. Klasse

- Das Thema Mobbing und das ständige Ärgern untereinander nimmt viel Raum ein und wird daher priorisiert bearbeitet
- Insbesondere 6. Klässlern fällt es schwer, eigene (persönliche, individuelle) Ziele zu formulieren. Die Online-Befragung zeigt allerdings, dass nahezu alle angeben, Ziele und Träume zu haben.
- „Kinder denken oft, die Welt sei unveränderlich, so wie sie ist.“ (Lehrer HGE)
- Mädchen und Jungen blockieren sich teilweise gegenseitig, daher teilweise Aufteilung in zwei Gruppen
- Anwendung erfordert kleinere Gruppen
- „Bedürftige Kinder“ werden erreicht!

Erste Erfahrungen



Ausblick

- Projekte werden ab dem neuen Schuljahr durch (geschulte) Lehrkräfte weitergeführt
- Dokumentation und Evaluation (Doktorarbeit, Publikationen, Berichte, Kongresse)
- Übertragung auf andere Schulformen (z. B. Familiengrundschulzentren, Förderschulen, Berufskolleg) und weitere Settings wie Quartiere, Jugendhilfe, Vereine ...
- Integration in das stadt- und akteursübergreifende Projekt „Parkdeck 2.0“, wobei Kinder und Jugendliche als LebensWelt-Expert*innen ein freigegebenes Parkdeck mitten in der Innenstadt gestalten können
- Mikroprojektförderung der Techniker Krankenkasse als „Türöffner“, um das Thema Gesundheitsförderung im Sinne der Positiven Gesundheit in das Leitbild der Wittener Schulen zu integrieren und nachhaltige gesundheitsfördernde Strukturen zu schaffen

Danke für Ihre Aufmerksamkeit!

Kontakt:

Heike Bergemann (Heike.Bergemann@uni-wh.de)

**Institut für Allgemeinmedizin und Ambulante
Gesundheitsversorgung (iamag)**

Universität Witten/Herdecke

Fakultät für Gesundheit

Alfred-Herrhausen-Straße 50

58455 Witten



Gefördert durch:

Literatur

1. Moor, I., Herke, M., Markert, J., Böhm, M., Reiß, F., Bilz, L., Sudeck, G., Winter, K., & HBSC Study Group Germany (2024). Trends gesundheitlicher Ungleichheiten im Kindes- und Jugendalter in Deutschland: Ergebnisse der HBSC-Studie 2009/10 - 2022. *Zeitschrift für Gesundheitsmonitoring*, 9(1), 79–98. <https://doi.org/10.25646/11876>
2. Huber, M., Jung, H. P., & van den Brekel-Dijkstra, K. (2024). Positive Gesundheit in der Praxis. In *Handbuch Positive Gesundheit in der Hausarztpraxis: Gemeinsam an einer sinnvollen Versorgung arbeiten* (pp. 147-194). Berlin, Heidelberg: Springer Berlin Heidelberg. <https://doi.org/10.1007/978-3-662-67303-4>
3. van Vliet, M., de Kleijn, M., van den Brekel-Dijkstra, K., Huijts, T., van Hogen-Koster, S., Jung, H. P., & Huber, M. (2024). Rapid Review on the Concept of Positive Health and Its Implementation in Practice. *Healthcare*, 12(6), 671. <https://doi.org/10.3390/healthcare12060671>
4. Richter-Kornweitz, A. & Kruse, C. (2023). Gesundheitsförderung im Kindesalter. In: Bundeszentrale für gesundheitliche Aufklärung (BZgA) (Hrsg.). *Leitbegriffe der Gesundheitsförderung und Prävention. Glossar zu Konzepten, Strategien und Methoden*. <https://doi.org/10.17623/BZGA:Q4-i041-3.0>
5. Bartholomew, L. K., Parcel, G. S., & Kok, G. (1998). Intervention Mapping: A Process for Developing Theory and Evidence-Based Health Education Programs. *Health Education & Behavior*, 25(5), 545-563. <https://doi.org/10.1177/109019819802500502>